Thinking of you
Electrolux

EMS17006O

PT	FORNO A MICROONDAS	MANUAL DO UTILIZADO	2
ES	HORNO MICROONDAS	MANUAL DE USUARIO	30
DE	MIKROWELLENGERÄT	BENUTZERHANDBUCH	58

ÍNDICE

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA 3
DESCRIÇÃO GERAL DO APARELHO 7
PAINEL DE CONTROLO 8
ANTES DA PRIMEIRA UTILIZAÇÃO 8
FUNCIONAMENTO DO FORNO MICROONDAS 10
GRÁFICOS DE PROGRAMAS 16
RECEITAS 20
CUIDADOS E LIMPEZA 23
O QUE FAZER SE 25
ESPECIFICAÇÕES. 25
INSTALAÇÃO. 26
INFORMAÇÕES AMBIENTAIS 28
SERVIÇO APOIO AO CONSUMIDOR 29

ESTAMOS A PENSAR EM SI

Obrigado por ter adquirido um aparelho Electrolux. Escolheu um produto que traz com ele décadas de experiência profissional e inovação. Engenhoso e elegante, foi concebido a pensar em si. Assim, quando o utilizar, terá a tranquilidade de saber que terá sempre óptimos resultados.

Bem-vindo(a) à Electrolux.

Visite o nosso website para:

Resolver problemas e obter conselhos de utilização, catálogos e informações sobre serviços:
www.electrolux.com

Registar o seu produto para beneficiar de um serviço melhor:
www.electrolux.com/productregistration

Adquirir acessórios, consumíveis e peças de substituição originais para o seu aparelho:
www.electrolux.com/shop

APOIO AO CLIENTE E ASSISTÊNCIA

Recomendamos a utilização de peças de substituição originais.
Quando contactar a Assistência, certifique-se de que tem os seguintes dados disponíveis.
A informação encontra-se na placa de características. Modelo, PNC, Número de Série.

Aviso/Cuidado - Informações de segurança

Informações gerais e sugestões

Informações ambientais

Sujeito a alterações sem aviso prévio.

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

⚠ INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA: LEIA ATENTAMENTE E GUARDE PARA FUTURAS CONSULTAS

Para evitar riscos de incêndio

Não se afaste do forno microondas quando este estiver em funcionamento. Os níveis de potência demasiado elevados e os tempos de cozedura maiores podem sobreaquecer os alimentos, dando origem a um incêndio. A tomada deve estar situada num local acessível para que a unidade possa ser desligada facilmente numa situação de emergência. A alimentação de corrente alterna deve ser de 230 V, 50 Hz, com um fusível de distribuição de 10 A no mínimo, ou um corta-circuitos de distribuição de 10 A, no mínimo. Recomenda-se a utilização de um circuito separado exclusivo para este aparelho. Não guarde ou utilize o forno em ambientes externos.

Se os alimentos que estiver a aquecer começarem a fumegar, NÃO ABRA A PORTA. Desligue o microondas e a respectiva ficha de alimentação e aguarde uns instantes até os alimentos deixarem de fumegar. Se abrir a porta durante esta situação, poderá provocar um incêndio. Utilize apenas recipientes e utensílios próprios para microondas. Não se afaste do forno caso esteja a usar embalagens descartáveis em plástico, papel ou outros materiais inflamáveis.

Limpe a protecção da guia de onda, a cavidade do forno, o prato giratório e o suporte giratório depois de cada utilização. Deve mantê-los secos e livres de gordura. A gordura acumulada pode sobreaquecer e começar a fumegar ou incendiar-se.

Não deixe materiais inflamáveis perto do forno ou dos orifícios de ventilação. De igual modo, não obstrua os orifícios de ventilação. Remova as protecções metálicas, arames, etc., dos alimentos e respectivas embalagens. A formação de arco em superfícies metálicas pois pode provocar um incêndio. Não utilize o forno microondas para aquecer óleo para fritar. É impossível controlar a temperatura do óleo, sendo que este pode incendiar-se. Para fazer pipocas, utilize apenas recipientes próprios Não guarde alimentos ou outros artigos no interior do microondas. Verifique as definições depois de iniciar o programa do microondas a fim de garantir que está a utilizar o programa correcto. Consulte as sugestões incluídas neste manual.

Para evitar possíveis lesões

⚠ AVISO! Não utilize o microondas caso esteja danificado ou a funcionar mal. Antes da sua utilização verifique:

a) A porta – verifique se a porta fecha bem e se não está desalinhada ou amolgada.

b) As dobradiças e fechos de segurança da porta – certifique-se de que não estão partidos ou soltos.

c) As juntas da porta e superfícies isolantes –

verifique se não estão danificadas.

d) O interior da cavidade do forno e a porta – verifique se não existem amolgadelas.

e) O cabo e a ficha de alimentação – verifique se não estão danificados.

Não tente ajustar, reparar ou modificar o forno sozinho. É perigoso efectuar qualquer reparação que implique remover a tampa de protecção contra a exposição à energia do microondas, se não estiver devidamente qualificado para o fazer.

Não utilize o forno com a porta aberta ou modifique os fechos da porta de alguma forma. Não utilize o forno caso exista um objecto entre as juntas da porta e as superfícies isolantes.

Não deixe acumular gordura ou sujidade nas juntas da porta e peças adjacentes. Siga as instruções em "Cuidados e Limpeza". Se não fizer uma manutenção cuidadosa do seu forno isso poderá resultar em uma deterioração da superfície o que poderá afectar negativamente a vida útil do aparelho e conduzir a uma situação de perigo.

Os utilizadores de PACEMAKERS devem consultar o médico ou o fabricante do aparelho para mais informações sobre os fornos microondas.

Para evitar possíveis choques eléctricos

Não deve, em circunstância alguma, remover a estrutura exterior. Não derrame ou introduza objectos nas aberturas de fecho da porta ou nos orifícios de ventilação. Em caso de derrame, desligue o microondas e a respectiva ficha de alimentação de imediato e contacte um agente autorizado da ELECTROLUX. Não coloque o cabo de alimentação ou a ficha dentro de água ou de qualquer outro líquido.

Não tente substituir a lâmpada do forno sozinho, nem permita que alguém, não autorizado pela ELECTROLUX, o faça. Se a lâmpada se fundir, consulte o seu revendedor ou um agente autorizado da ELECTROLUX.

Se o cabo de alimentação deste aparelho estiver danificado, deve ser substituído por um cabo especial. Esta substituição deve ser efectuada por um agente autorizado da ELECTROLUX.

Para evitar possíveis explosões e ebulição súbita

⚠ AVISO! Os líquidos e outros alimentos não devem ser aquecidos em recipientes fechados uma vez que há possibilidade de explodirem.

Não utilize recipientes fechados. Retire todas as protecções e tampas antes de os utilizar. Os recipientes fechados podem explodir, devido a uma acumulação de pressão mesmo depois de ter desligado o forno. Tenha muito cuidado ao aquecer líquidos no microondas. Utilize um recipiente com uma abertura larga por forma a permitir a libertação de bolhas de ar.

Tenha cuidado no manuseamento do recipiente ao aquecer bebidas, uma vez que isto pode fazer com que os líquidos entrem em ebulição.

Para evitar a ebulição súbita de líquidos e possíveis queimaduras:

1. Mexa o líquido antes de o aquecer/reaquecer.
2. Recomenda-se a introdução de uma vareta ou utensílio semelhante no recipiente com o líquido ao reaquecê-lo.
3. Deixe repousar o líquido dentro do forno durante 20 segundos, no mínimo, no final do tempo de cozedura por forma a prevenir um levantamento da fervura retardado.

Não cozinhe ovos com casca no microondas, assim como também não deve aquecer ovos cozidos uma vez que podem explodir mesmo depois de terminado o tempo de cozedura. Para cozinhar ou aquecer ovos, que não tenham sido previamente mexidos, pique as gemas e as claras, caso contrário os ovos podem explodir. Retire a casca e corte os ovos cozidos às rodelas antes de os aquecer no forno microondas.

Pique a casca de alimentos como batatas, salsichas e fruta antes de os cozinhar, caso contrário podem explodir.

Para evitar possíveis queimaduras

Utilize pegas ou luvas de cozinha para retirar os alimentos do forno a fim de evitar queimaduras. Ao abrir as embalagens, recipientes próprios para pipocas, saquetas para cozinhar no forno, etc., mantenha-os afastados do rosto e das mãos a fim de evitar queimaduras.

Para evitar queimaduras, verifique a temperatura dos alimentos e mexa antes de servir. Deve redobrar os cuidados caso os alimentos ou líquidos se destinem a bebés, crianças ou idosos.

A temperatura do recipiente não é um indicador fiável da temperatura dos alimentos ou líquidos; verifique sempre a temperatura dos alimentos. Ao abrir a porta do forno, mantenha-se afastado desta a fim de evitar queimaduras resultantes do vapor ou calor libertado. Corte os alimentos recheados depois de os cozinhar para libertar o vapor e evitar queimaduras.

Mantenha as crianças afastadas da porta a fim de evitar eventuais queimaduras.

Para evitar uma utilização indevida por parte das crianças

⚠ AVISO! O equipamento e os respectivos componentes acessíveis aquecem durante o funcionamento. Deve ter cuidado para evitar tocar nos elementos de aquecimento. As crianças com menos de 8 anos devem manter-se afastadas a menos que estejam sob vigilância contínua.

Este equipamento pode ser utilizado por crianças com idades a partir dos 8 anos e

por pessoas com capacidades físicas, sensoriais e mentais reduzidas ou com falta de experiência e conhecimentos caso sejam supervisionadas ou tenham recebido informações relativamente à utilização segura do equipamento e compreendam os perigos envolvidos. As crianças devem ser supervisionadas para garantir que não brincam com o aparelho. A limpeza e a manutenção por parte do utilizador não devem ser realizadas por crianças a menos que tenham mais de 8 anos e que estejam sob vigilância.

Não se incline ou baloice na porta do forno. Não brinque ou utilize o forno como um brinquedo. Deve ensinar às crianças todas as instruções de segurança importantes: a utilização de pegas, a remoção cuidadosa das protecções dos alimentos; com particular incidência para as embalagens (ex.: materiais térmicos) concebidas especialmente para gratinar os alimentos uma vez que podem estar bastante quentes.

Outros avisos

Não tente modificar o forno em circunstância alguma. Este forno destina-se única e exclusivamente à preparação de alimentos em casa e só deve ser utilizado para cozinhar alimentos. Não é adequado para uma utilização comercial ou em laboratórios.

Para promover uma utilização sem problemas do seu forno e evitar eventuais danos

Nunca utilize o forno sem alimentos no interior. Sempre que utilizar um prato tostador ou material térmico, coloque um isolador resistente ao calor, como por exemplo um prato de porcelana por baixo deste, por forma a evitar danos no prato e no suporte giratório resultantes da tensão de calor. O tempo de pré-aquecimento especificado nas instruções do prato não deve ser ultrapassado. Não utilize utensílios metálicos, uma vez que reflectem as microondas e podem danificar o aparelho. Não coloque latas no forno. Utilize apenas o prato giratório e o suporte concebidos para este forno. Não utilize o forno sem o prato giratório. Para evitar que o prato giratório parta:

a) Deixe arrefecer o prato giratório antes de o limpar com água.
b) Não coloque alimentos quentes ou outros utensílios quentes por cima do prato giratório frio.
c) Não coloque alimentos frios ou outros utensílios frios por cima do prato giratório quente.

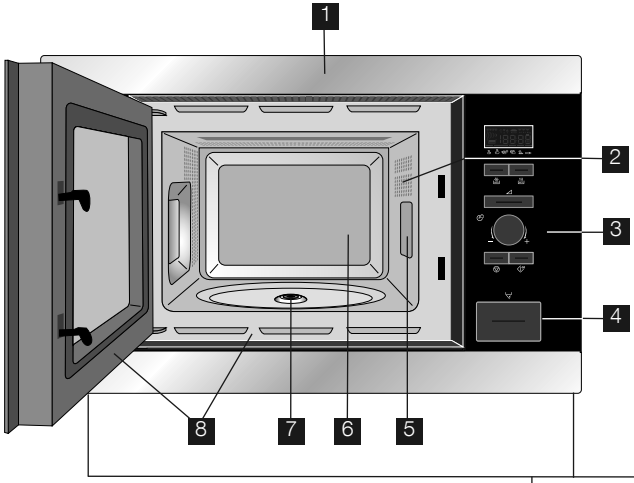
Não coloque nada na estrutura exterior durante a operação.

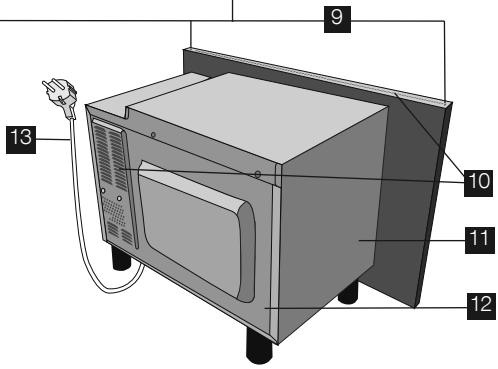
⚠ **Nota!**

Se não estiver seguro quanto à ligação do forno, contacte um electricista qualificado autorizado. O fabricante e o revendedor negam quaisquer responsa-bilidades por danos materiais ou danos pessoais resultantes da não observância do procedimento de ligação eléctrica correcto. Por vezes, pode(s) formar-se vapor de água ou gotículas nas paredes do forno ou à volta das juntas da porta e superfícies isolantes. Esta é uma situação normal, não sendo uma indicação de fuga ou mau funcionamento.

DESCRIÇÃO GERAL DO APARELHO

FORNO MICROONDAS E ACESSÓRIOS

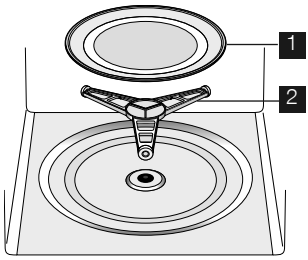




1 Protecção frontal
2 Lâmpada do forno
3 Painel de controlo
4 Botão abertura da porta
5 Protecção da guia de onda
6 Cavidade do forno
7 Retentor
8 Juntas da porta e superfícies isolantes
9 Pontos de fixação (4 pontos)
10 Orifícios de ventilação
11 Estrutura exterior
12 Estrutura posterior
13 Cabo de alimentação

Certifique-se que os acessórios a seguir mencionados são fornecidos:

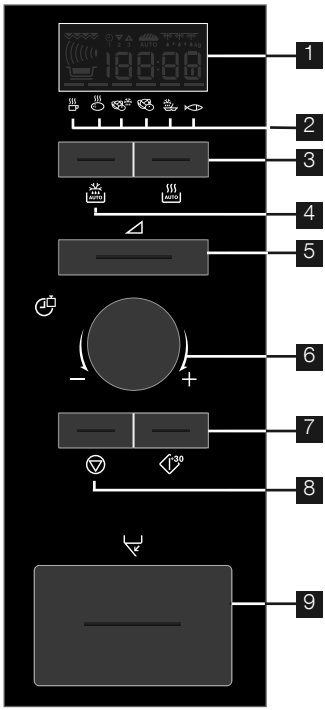
1 Prato giratório
2 Suporte do prato giratório
3 4 parafusos de fixação (não visíveis)



- Coloque o suporte do prato giratório sobre o retentor na base da cavidade.
- Coloque depois o prato giratório no suporte.
- Certifique-se que, ao retirá-los do forno, os pratos ou recipientes são levantados correctamente do centro do prato giratório a fim de evitar danos no mesmo.

Ao encomendar acessórios, mencione dois itens: nome da peça e nome do modelo ao revendedor ou agente autorizado da ELECTROLUX.

PAINEL DE CONTROLO



1 VISOR DIGITAL indicadores

- Microondas
- Relógio
- 1 2 3 Etapas de cozedura
- Mais e Menos
- Descongelação auto pão
- Descongelação auto
- kg Peso

2 Indicadores COZEDURA AUTOMÁTICA
3 Botão COZEDURA AUTOMÁTICA
4 Botão DESCONGELAÇÃO
5 Botão NÍVEL DE POTÊNCIA
6 Manípulo TEMPORIZADOR/PESO
7 Botão START/+30
8 Botão STOP
9 Botão ABERTURA DA PORTA

ANTES DA PRIMEIRA UTILIZAÇÃO

MODO ECONOMIZADOR

O forno está definido no modo ”ENERGY SAVE” (”Econ”).

1. Ligue a ficha do forno à tomada.
2. No visor surge a indicação: ”Econ”.
3. A contagem no visor é efectuada de modo decrescente desde 3:00 até zero.
4. Ao chegar a zero, o forno passa para o modo ‘Econ’ e o visor fica em branco.

- Para cancelar o modo ”Econ”, defina o relógio.

ACERTAR O RELÓGIO

O forno possui um relógio nos formatos de 12 e 24 horas.

Exemplo: Para acertar o relógio para as 11:30 (formato de 12 horas).

1. Abra a porta.
2. No visor surge a indicação: ”Econ”.
3. Prima e mantenha premido durante 5 segundos o botão START/+30. O forno emite um aviso sonoro. No visor surge a indicação: 12H
4. Rode o botão TEMPORIZADOR/PESO para acertar a hora.
5. Prima uma vez o botão START/+30 e depois rode o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO para acertar os minutos.
6. Prima o botão START/+30.
7. Observe o visor: 11:30
8. Feche a porta.

- Poderá rodar o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO no sentido do movimento dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário.
- Se premir o botão STOP, não será possível acertar o relógio. No visor surge a indicação: ”Econ”.

Exemplo: Para acertar o relógio as 23:30 (24 horas).
1. Abra a porta.
2. No visor surge a indicação: ”Econ”.
3. Prima e mantenha premido durante 5 segundos o botão START/+30.
   O forno emite um aviso sonoro. No visor surge a indicação:
4. Prima o botão START/+30. No visor surge a indicação:
5. Rode o botão TEMPORIZADOR/PESO para acertar a hora.
6. Prima uma vez o botão START/+30 e depois rode o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO para acertar os minutos.
7. Prima o botão START/+30.
8. Observe o visor:
9. Feche a porta.

- Poderá rodar o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO no sentido do movimento dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário.
- Se premir o botão STOP, não será possível acertar o relógio. No visor surge a indicação: ”Econ”.

AJUSTAR A HORA QUANDO O RELÓGIO ESTÁ A FUNCIONAR

Exemplo: Para acertar o relógio as 11:45.
1. Abra a porta.
2. Prima e mantenha premido durante 5 segundos o botão START/+30. O forno emite um aviso sonoro. No visor surge a indicação:
   (Se pretender alterar o relógio para o formato de 24 H, prima de novo o botão START/+30.)
3. Rode o botão TEMPORIZADOR/PESO para acertar a hora.
4. Prima uma vez o botão START/+30 e depois rode o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO para acertar os minutos.
5. Prima o botão START/+30.
6. Observe o visor:

PARA CANCELAR O RELÓGIO E DEFINA O MODO ECON

1. Abra a porta.
2. Prima e mantenha premido durante 5 segundos o botão START/+30.
   O forno emite um aviso sonoro. No visor surge a indicação:
   (Se pretender alterar o relógio para o formato de 24 H, prima de novo o botão START/+30.)
3. Prima o botão STOP.
4. No visor surge a indicação: ”Econ”.
5. Feche a porta.
6. A contagem no visor é efectuada de modo decrescente desde 3:00 até zero.
7. Ao chegar a zero, o forno passa para o modo ‘Econ’ e o visor fica em branco.

UTILIZAR O BOTÃO STOP

Utilizar o botão STOP para:
1. Apagar um erro durante a programação.
2. Interromper o forno temporariamente durante a cozedura.
3. Cancelar um programa durante a cozedura, premir o botão STOP duas vezes.

BLOQUEIO DE SEGURANÇA PARA CRIANÇAS

O forno possui uma função de segurança que evita que o forno seja activado acidentalmente por uma criança. Quando o bloqueio está accionado, nenhuma parte do microondas funcionará enquanto a respectiva funcionalidade não forcancelada.

Exemplo: Para activar o bloqueio de segurança para crianças.
1. Prima e mantenha premido o botão STOP durante 5 segundos.

O forno emitirá um “bip” em simultâneo com a indicação ”LOC” no visor:

- Para cancelar o bloqueio de segurança para crianças, prima continuamente STOP durante 5 segundos; o forno emitirá dois “bips” e surgirá a hora do dia no visor.
- Não é possível activar a função de bloqueio de segurança para crianças se o relógio não estiver definido.

FUNCIONAMENTO DO FORNO MICROONDAS

COZINHAR - CONSELHOS DE UTILIZAÇÃO DO MICROONDAS

Cozinhar no microondas. Para cozinhar/ descongelar alimentos num forno de microondas, a energia de microondas deve poder passar pelo recipiente por forma a penetrar os alimentos. Por conseguinte, é importante escolher um utensílio adequado. De preferência, utilize pratos redondos/ovais em detrimento dos quadrados/oblongos, já que os alimentos aos cantos têm tendência a cozer em demasia. É importante rodar, mexer ou misturar os alimentos para se garantir um aquecimento homogéneo. Após o aquecimento, é necessário um período de estabilização, que permitirá o calor dispersar uniformemente por todos os alimentos.

Características dos alimentos	
Composição	Os alimentos com elevados teores de gordura ou açúcar (p. ex., pudim de Natal, empadão de carne) necessitam de menos tempo de aquecimento. É preciso ter cuidado porque o sobreaquecimento pode provocar incêndio.
Densidade	A densidade dos alimentos afecta o tempo necessário para cozinhar. Os alimentos leves e porosos, tais como bolos ou pão, cozem mais depressa do que os alimentos pesados e densos, tais como assados e cozidos.
Quantidade	O tempo de aquecimento deve aumentar proporcionalmente em função da quantidade de alimentos inseridos no forno. P. ex., quatro batatas necessitam de mais tempo do que duas.
Tamanho	Os alimentos pequenos ou pedaços pequenos aquecem mais depressa do que os grandes, já que as microondas conseguem penetrar a partir de todos os ângulos para o centro. Para um cozinhado uniforme, todos os pedaços devem ter o mesmo tamanho.
Forma	Os alimentos com forma irregular, tais como peito ou coxas de galinha, demoram mais tempo a cozinhar nas partes mais grossas. No microondas, as formas redondas cozinham mais uniformemente do que as formas angulares.
Temperatura	A temperatura dos alimentos tem influência sobre o tempo necessário para os cozinhar. Os alimentos arrefecidos demoram mais tempo a cozinhar do que os alimentos à temperatura ambiente. Faça cortes nos alimentos com recheio, por exemplo donuts com compota, para libertar o calor ou o vapor.

Técnicas para cozinhar	
Disposição	Coloque as partes mais grossas dos alimentos voltadas para o exterior do prato. P. ex. coxas de galinha.
Tapar	Utilize película aderente perfurada para microondas ou uma tampa adequada.
Furar	Os alimentos que têm casca, pele ou membrana devem ser furados em vário locais antes de levar a cozinhar ou aquecer, já que haverá lugar à acumulação do vapor podendo fazer o alimento explodir. P. ex., batatas, peixe, frango, enchidos. ⚠ **Importante!** Os ovos não devem ser aquecidos utilizando microondas pois podem explodir, mesmo depois de cozinhados. P. ex., escalfados, estrelados, cozidos.
Mexer, rodar, mudar de posição	Para se obter um cozinhado uniforme, é necessário mexer, rodar e mudar os alimentos de posição durante o processo. Mexa sempre e mude de posição de fora para dentro.
Estabilização	Após o aquecimento, é necessário um período de estabilização, que permitirá o calor dispersar uniformemente por todos os alimentos.
Protecção	Algumas zonas dos alimentos descongelados podem ficar quentes (por exemplo, as pernas e as asas de frango).

UTENSÍLIOS DE COZINHA ADEQUADOS PARA O MICROONDAS

Utensílios	Segurança Microondes	Comentários
Folha de alumínio/ Recipientes em folha de alumínio	✔ / ✘	É possível utilizar pequenos pedaços de folha de alumínio podem ser usadas para proteger a comida do sobreaquecimento. Mantenha a folha a pelo menos 2 cm de distância das paredes do forno, já que pode ocorrer a formação de arco eléctrico. Os recipientes em folha de alumínio não estão recomendados a menos que especificado pelo fabricante, siga atentamente as instruções.
Pratos de vidro para alta temperatura	✔	Cumpra sempre as instruções do fabricante. Não ultrapasse os tempos de aquecimento indicados. Tenha muito cuidado, pois este pratos atingem temperaturas muito elevadas.
Porcelana e cerâmica	✔ / ✘	Geralmente, a porcelana, cerâmica, louça de barro vidrada e aporcelana de ossos são adequadas, exceptuando as que têm decoração em metal.
Vidro, (p. ex. Pyrex ®)	✔	Deve ter muito cuidado ao utilizar vidro fino pois pode partir ou rachar se sujeito a bruscas mudanças de temperatura.
Metal	✘	Não se recomenda a utilização de utensílios metálicos em fornos microondas pois ocorre a formação de arco, que pode provocar incêndio.
Plástico/- poliestireno, p. ex., recipientes de “fast-food”	✔	É preciso ter cuidado pois alguns recipientes podem deformar, derreter ou descolorar a altas temperaturas.
Película aderente	✔	Não deve entrar em contacto com os alimentos e deve ser perfurada para deixar sair o vapor.
Sacos	✔	Devem ser perfurados para deixar sair o vapor. Certifique-se de que os sacos são adequados para utilização em microondas. Não utilize cordões de apertar em plástico ou metal pois podem derreter ou incendiar devido a formação de arco.
Papel – pratos, copos e papel de cozinha	✔	Utilize apenas para aquecer ou para absorver humidade. Deve ter cuidado pois o sobreaquecimento pode provocar incêndio.
Recipientes de palha e madeira	✔	Quando utilizar estes materiais, mantenha-se atento ao forno pois o sobreaquecimento pode provocar incêndio.
Papel reciclado e jornal	✘	Podem conter extractos de metal que provocará a formação de e jornal arco e pode provocar incêndio.

COZINHAR MICROONDAS

O seu forno pode ser programado para um tempo máximo de 90 minutos. A unidade de introdução do tempo de cozedura varia entre os 15 segundos e os cinco minutos. Depende da duração total da cozedura conforme indicado na tabela.

Tempo de cozedura	Unidade de aumento
0 -5 minutos	15 segundos
5-10 minutos	30 segundos
10-30 minutos	1 minuto
30-90 minutos	5 minutos

DESCONGELAÇÃO MANUAL

Para descongelação manual (sem accionar a função de descongelação automática), ajuste para 240 W. O símbolo de descongelação surge no visor da janela sempre que o nível de potência é seleccionado.

NÍVEL DE POTÊNCIA DO MICROONDAS

O seu aparelho de microondas tem 6 níveis de potência.

Regulação da potência	Sugestão de utilização
800 W/ SUPERIOR	É utilizada para cozinhar ou aquecer, por ex., sopa, guisados, comida enlatada, bebidas quentes, legumes, peixe, etc.
560 W	É utilizada para processos de cozedura mais longos de alimentos compactos, como por exemplo os assados, rolo de carne, e também de alimentos delicados, como por exemplo, os molhos de queijo e bolos. Em potências baixas, os alimentos não fervem muito e a carne é cozinhada uniformemente, sem cozinhar demasiado nos lados.
400 W	Para alimentos compactos que necessitam de um longo tempo de cozedura quando cozinhados de maneira tradicional, por exemplo, os pratos de carne de vaca, recomenda-se a redução da potência e o alargamento do tempo de cozedura. Desta forma, a carne fica mais tenra.
240 W/DESC-ONGELAÇÁO	Para descongelar, escolha um nível de potência mais baixo. Isto garante que o alimento descongele uniformemente. Além disso, este nível é ideal para cozinhar arroz, massa, massa recheada e leite creme.
80 W	Para uma descongelação cuidadosa, por exemplo, de bolos com creme e pastelaria variada.
0 W	Para temporizador de repouso/cozinha.

W = WATT

Exemplo: Aquecer sopa durante 2 minutos e 30 segundos a uma potência de 560 W.

1. Prima duas vezes o botão de NÍVEL DE POTÊNCIA.

2. Introduza o tempo de cozedura rodando o manípulo TEMPORIZADO/PESO no sentido dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário até 2.30 aparecer.

3. Prima o botão START/+30.

4. Verifique o visor:

Importante!

Se não seleccionar o nível de potência, este é definido automaticamente para 800 W/ SUPERIOR.

- Ao abrir a porta durante o processo de cozedura, o tempo de cozedura indicado no visor digital pára automaticamente. O tempo de cozedura é reiniciado, no modo regressivo, quando a porta é fechada e o botão START/+30 é premido.
- Se quiser saber o nível de potência durante a cozedura, prima o botão NÍVEL DE POTÊNCIA.
- Pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura, rodando o botão rotativo TEMPORIZADOR/PESO.
- É possível alterar o nível de potência durante a fase de cozedura, premindo o botão NÍVEL DE POTÊNCIA.
- Para cancelar um programa durante a cozedura, toque duas vezes no botão STOP.

TEMPORIZADOR DE COZINHA

Exemplo: Para programar o temporizador de cozinha para 7 minutos.

1. Prima 7 vezes o botão de NÍVEL DE POTÊNCIA.

2. Introduza o tempo de cozedura rodando o manípulo TEMPORIZADO/PESO no sentido dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário até 7.00 aparecer.

3. Prima o botão START/+30.

4. Verifique o visor:

- Para colocar o temporizador em pausa, prima o botão STOP. Para restabelecer a contagem do temporizador, prima START/+30; para sair, volte a premir STOP.

ADICIONE 30 SEGUNDOS

O botão START/+30 permite-lhe aceder às funções seguintes.

1. **Início directo**
   Pode iniciar directamente a cozedura a 800 W/SUPERIOR de potência durante 30 segundos, premindo o botão START/+30.

2. **Prolongar o tempo de cozedura**
   Pode prolongar o tempo de cozedura, no modo de cozedura manual, em múltiplos de 30 segundos se premir o botão durante o funcionamento do forno.

- Não é possível utilizar esta função durante as fases de COZEDURA AUTOMÁTICA ou DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA.

MAIS E MENOS

A função PLUS (MAIS) ⚠ e MINUS (MENOS) ▽ permite-lhe reduzir ou aumentar o tempo de cozedura durante a utilização dos programas automáticos.

Se desejar batatas cozidas, mas que preservem a sua consistência, utilize MINUS (MENOS) ▽ .

Por outro lado, se desejar que as batatas fiquem mais moles, utilize PLUS (MAIS) ⚠ .

Exemplo: Para cozinhar 0,3 kg de batatas, bem cozidas.

1. Selecione o menu requerido pressionando dua vezes a tecla COZEDURA AUTOMÁTICA.

2. Gire o botão TEMPORIZADOR/PESO até 0.3 aparecer.

3. Prima uma vez o botão NÍVEL DE POTÊNCIA para seleccionar a função PLUS (MAIS) ⚠ .

4. Prima o botão START/+30.

5. Verifique o visor:

- Para cancelar PLUS/MINUS (MAIS/MENOS), prima 3 vezes a tecla do NÍVEL DE POTÊNCIA.
- Se seleccionar PLUS (MAIS), surge ⚠ no visor.
- Se seleccionar MINUS (MENOS), surge ▽ no visor.

COZEDURA COM VÁRIAS SEQUÊNCIAS

Pode programar uma sequência de 3 fases (máximo) utilizando uma combinação.

Exemplo: Par cozinhar:
5 minutos na potência de 800 W (Fase 1)
16 minutos na potência de 240 W (Fase 2)

Fase 1

1. Prima uma vez que o botão de NÍVEL DE POTÊNCIA.

2. Introduza o tempo de cozedura rodando o manípulo TEMPORIZADOR/PESO no sentido dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário até 5.00 aparecer.

3. Verifique o visor:

Fase 2

1. Prima 4 vezes o botão de NÍVEL DE POTÊNCIA.

2. Introduza o tempo de cozedura rodando o manípulo TEMPORIZADOR/PESO no sentido dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário até 16.00 aparecer.

3. Prima o botão START/+30.

4. Verifique o visor:

O forno começa a funcionar durante 5 minutos a 800 W e depois durante 16 minutos a 240 W.

OPERAÇÃO COZEDURA AUTOMÁTICA OU DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA

COZEDURA AUTOMÁTICA ou DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA selecciona automaticamente o modo e tempo de cozedura correctos. Pode seleccionar de entre 6 menus de COZEDURA AUTOMÁTICA e 2 menus de DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA.

Cozedura Automãtica

Alimento	Simbolo
Bebidas	
Batatas cozidas/batatas assadas corn casca	
Legumes congelados	
Legumes frescos	
Refeições	
Filetes de peixe com molho	

Exemplo: Para cozinhar 0,3 kg de batatas.

1. Selecione o menu requerido pressionando duas vezes a tecla COZEDURA AUTOMÁTICA.

2. Gire o botão TEMPORIZADOR/PESO até 0.3 aparecer.

3. Prima o botão START/+30.

4. Verifique o visor:

Quando é necessário efectuar algo (ex.: virar os alimentos), o forno deixa de funcionar, ouvindo-se o som de uma campainha e o visor começa a piscar com a indicação do tempo que falta para concluir a cozedura. Para continuar com o cozinhado, prima o botão START/+30. No final, do tempo de COZEDURA AUTOMÁTICA, o programa pára automaticamente. A campainha toca e o símbolo de cozedura começa a piscar. Após um minuto e um “bip” de alerta, a hora do dia surge no visor.

Descongelação Automática

Alimento	Simbolo
Carne/peixe/aves	
Pão	AUTO

Exemplo: Para descongelar 0,2 kg pão.

1. Selecione o menu requerido pressionando duas vezes a tecla DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA.

2. Gire o botão TEMPORIZADOR/PESO até 0.2 aparecer.

3. Prima o botão START/+30.

4. Verifique o visor:

Quando é necessário efectuar algo (ex.: virar os alimentos), o forno deixa de funcionar, ouvindo-se o som de uma campainha e o visor começa a piscar com a indicação do tempo que falta para concluir a cozedura. Para continuar com o cozinhado, prima o botão START/+30. No final do tempo de DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA, o programa pára automaticamente. A campainha toca e o símbolo de cozedura começa a piscar. Após um minuto e um “bip” de alerta, a hora do dia surge no visor.

GRÁFICOS DE PROGRAMAS

TABELAS COZEDURA AUTOMÁTICA OU DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA

Cozedura automática	Peso (unidade de Aumento)/ Utensilios	Botão	Procedimento
Bebidas (Chá/Café)	1-4 chávenas 1 chávena = 200 ml	x1	• Coloque a chávena perto do bordo do prato rotativo.
Batatas cozidas e batatas assadas corn casca	0,1-0,8 kg (100 g) Tigela e tampa	x2	Batatas Cozidas Descasque as batatas e corte-as em pedaços iguais. Batatas Assadas com Pele Escolha batatas de tamanho semelhante e lave-as. • Coloque as batatas cozidas ou batatas assadas com pele num recipiente. • Adicione a água necessária (por 100 g), cerca de 2 colheres de sopa e uma pitada de sal. • Tape com uma tampa. • Quando ouvir o sinal sonoro, mexa e volte a tapar. • Depois de cozinhar, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.
Legumes congelados	0,1-0,6 kg (100 g) Tigela e tampa	x3	• Adicione 1 colher de sopa de água por cada 100 g e sal a gosto (no caso de cogumelos, não é necessário juntar água). • Tape com uma tampa. • Quando ouvir o sinal sonoro, mexa e volte a tapar. • Depois de cozinhar, deixe repousar durante cerca de 2 minutos. ⓘ Se os legumes congelados estiverem muito compactados, cozinhe manualmente.
Legumes frescos	0,1-0,6 kg (100 g) Tigela e tampa	x4	• Corte em pequenos pedaços, por ex.: tiras, cubos ou fatias. • Adicione 1 colher de sopa de água por cada 100 g e sal a gosto (no caso de cogumelos, não é necessário juntar água). • Tape com uma tampa. • Quando ouvir o sinal sonoro, mexa e volte a tapar. • Depois de cozinhar, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.
Refeições (preparadas congeladas)	0,3-1,0 kg (100 g) Tigela e tampa	x5	• Transfira a refeição para um recipiente próprio para microondas. • Adicione algum líquido se recomendado pelo fabricante. • Tape com uma tampa. • Cozinhe sem tapar, caso sejam essas as instruções do fabricante. • Quando ouvir o sinal sonoro, mexa e volte a tapar. • Depois de cozinhar, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.
Filetes de peixe com molho	0,4-1,2 kg* (100 g) Recipiente para gratinados com película para microondas	x6	• Consulte a receita “Filetes de peixe com molho” na página 18. * Peso total dos ingredientes.

ⓘ Os alimentos refrigerados são cozinhados a partir de 5 °C, enquanto os alimentos congelados são cozinhados a partir de -18 °C.

Descongelação automática	Peso (unidade de Aumento)/ Utensilios	Botão	Procedimento
Carne/peixe/aves (Peixe inteiro, postas de peixe, filetes de peixe, coxas de frango, peito de frango, carne picada, bife, costeletas, hambúrgueres, salsichas)	0,2-0,8 kg (100 g) Recipiente	x1	• Coloque os alimentos num recipiente no prato centro aves do prato giratório. • Quando ouvir o sinal sonoro, vire os alimentos, redistribua e separe-os. Proteja com pequenas quantidades de folha de alumínio os pontos quentes (extremidades dos alimentos que estão mais expostas à descongelação). • Depois de descongelar, envolva os alimentos em folha de alumínio durante 15-45 minutos, até os mesmos estarem totalmente descongelados. • Carne Picada: Quando ouvir o sinal sonoro, vire. Se possível, retire as partes já descongeladas. ⓘ Não adequado para aves inteiras.
Pão AUTO	0,1-1,0 kg (100 g) Recipiente	x2	• Coloque num recipiente no centro do prato giratório. Para uma quantidade igual a 1,0 kg, coloque directamente no prato giratório. • Quando ouvir o sinal sonoro, vire, redistribua e retire as fatias já descongeladas. • Depois de descongelar, cubra com folha de alumínio e deixe repousar durante 5-15 minutos, até estarem totalmente descongeladas.

ⓘ Os alimentos refrigerados são cozinhados a partir de 5 °C, enquanto os alimentos congelados são cozinhados a partir de -18 °C.

ⓘ
- Introduza apenas o peso dos alimentos. Não inclua o peso do recipiente.
- Para alimentos que pesem mais ou menos do que os pesos/quantidades indicados na tabela de cozedura, utilize os programas manuais.
- A temperatura final varia de acordo com a temperatura inicial dos alimentos. Verifique se os alimentos estão quentes depois da cozedura.
- Sempre que for necessário efectuar alguma operação durante a cozedura (ex.: voltar os alimentos), o forno pára e ouve-se um sinal sonoro, sendo que o tempo de cozedura restante assim como qualquer outro indicador começam a piscar no visor. Para continuar a cozedura prima o botão START/+30.
- A utilização nos modos Micro, pode provocar a activação da ventoinha de arrefecimento.

ⓘ Descongelação automática
- Os bifes e costeletas devem ser congelados numa única camada.
- A carne picada deve ser congelada numa camada fina.
- Depois de voltar os alimentos, proteja as porções já descongeladas com pedaços de folha de alumínio.
- Depois de descongelada, a carne das aves deve ser cozinhada de imediato.

RECEITAS PARA COZEDURA AUTOMÁTICA

Filetes de peixe com picante			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomate de conserva (escorrido)
40 g	80 g	120 g	milho
4 g	8 g	12 g	molho picante
12 g	24 g	36 g	cebola (finamente picada)
1 chá	1-2 chá	2-3 chá	vinagre de vinho tinto
			mostarda, tomilho, o pimenta de Caiena
200 g	400 g	600 g	filetes de peixe
			sal

1. Misture os ingredientes para o molho.
2. Coloque os filetes de peixe temperados com sal (ex.: filete de Redfish) num recipiente para gratinado com as extremidades viradas para o centro.
3. Espalhe o molho sobre os filetes.
4. Tape com película para microondas e cozinhe no programa COZEDURA AUTOMÁTICA, “Filetes de peixe com Molho”.
5. Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.

Filetes de peixe com molho de caril			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	filetes de peixe
			sal
40 g	80 g	120 g	banana (às fatias)
160 g	320 g	480 g	molho de caril já preparado

1. Coloque os filetes de peixe num prato redondo para gratinado com as extremidades viradas para o centro e tempere com sal.
2. Espalhe a banana e o molho de caril já preparado sobre os filetes.
3. Tape com película para microondas e cozinhe no programa COZEDURA AUTOMÁTICA, “Filetes de peixe com Molho”.
4. Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.

NÍVEL DE POTÊNCIA REDUZIDA

⚠ **Importante!**
Se cozinhar os alimentos para além do tempo normal a 800 W, a potência do forno irá diminuir automaticamente para evitar um sobre-aquecimento. (A potência do microondas será reduzida para 560 W.) Depois de uma pausa de 90 segundos, pode voltar a definir a potência para 800 W.

Modo de Cozedura	Tempo Normal	Potência Reduzida
Microondas 800 W	20 minutos	Microondas 560 W

TABELAS DE COZEDURA

Abreviaturas utilizadas				
c/sopa = colher de sopa	cháv. = chávena cheia	g = grama	ml = millilitro	min = minutos
c/chá = colher de chá	kg = quilograma	l = litro	cm = centimetro	

Aquecer alimentos e bebibas

Alimento/Bebida		Quantidade -g/ml-	Potência Nivel	Tempo -Min-	Método
Leite,	1 chávena	150	800 W	aprox. 1	não tape
Água,	1 chávena	150	800 W	1-2	não tape
	6 chávenas	900	800 W	10-12	não tape
	1 prato	1000	800 W	11-13	não tape
Travessas (legumes, carne e acompanhamentos)		400	800 W	3-6	junte um pouco de água ao molho, tape e mexa a meio do tempo
Guisado/sopa		200	800 W	1-2	tape, mexa após aquecer
Legumes		200	800 W	2-3	se necessário, junte um pouco de
		500	800 W	4-5	água, tape e mexa a meio do tempo
Carne, 1 fatia*		200	800 W	3-4	espalhe o molho por cima, tape
Filete de peixe*		200	800 W	2-3	tape
Bolo, 1 fatia		150	400 W	½	coloque num recipiente
Comida para bebés, de 1 boião		190	400 W	aprox. 1	transfira para um recipiente próprio para microondas. Depois aquecido, mexa bem e verifique a temperatura
Manteiga ou margarina derretida*		50	800 W	½	tape
Chocolate derretido		100	400 W	2-3	mexa de vez em quando

* Temperatura de refrigeração

Descongelar

Alimento	Quantidade -g-	Potência Nivel	Tempo -Min-	Método	Tempo de repouso -Min-
Goulash	500	240 W	8-12	mexa a meio do tempo de descongelação	10-15
Bolos, 1 fatia	150	80 W	2-5	coloque num recipiente	5
Fruta, ex.: cerejas, morangos, ameixas, framboesas	250	240 W	4-5	espalhe de forma uniforme, vire a meiodo tempo de descongelação	5

Os tempos indicados na tabela são valores de referência que podem variar consoante a temperatura de congelação, a constituição e o peso dos alimentos.

Descongelar e cozinhar

Alimento	Quantidade -g-	Potência Nivel	Tempo -Min-	Método	Tempo de repouso -Min-
Filete de peixe	300	800 W	10-12	tape	2
Travessas	400	800 W	9-11	tape, mexa após 6 minutos	2

Cozinhar carne e peixe

Alimento	Quantidade -g-	Potência Nivel	Tempo -Min-	Método	Tempo de repouso -Min-
Assados (porco, vitela, carneiro)	1000	800 W 400 W	19-21* 11-14	tempere q.b., coloque num prato pouco fundo vire após*	10
	1500	800 W 400 W	33-36* 13-17		10
Carne assada (normal)	1000	800 W 400 W	9-11* 5-7	tempere q.b., coloque numa tarteira, vire após*	10
Filete de peixe	200	800 W	3-4	tempere a gosto, coloque num recipiente e tape	3

RECEITAS

Todas as receitas incluídas neste livro são calculadas com base em quatro pratos – salvo especificação em contrário.

Adaptar as receitas para forno microondas
Se desejar adaptar as suas receitas favoritas para o forno microondas, deverá ter em conta o seguinte: Reduza o tempo de cozedura entre 1/3 e ½. Siga o exemplo das receitas incluídas no livro.
Os alimentos com elevada percentagem de humidade, tais como carne, peixe, aves, legumes, fruta, guisados e sopas podem ser preparados no forno microondas sem dificuldade.
No caso de alimentos com pouca humidade, tais como refeições completas, a sua superfície deve ser humedecida antes destes serem aquecidos ou cozinhados.
A quantidade de líquido a acrescentar, no caso de alimentos crus que se pretende grelhar, deve ser reduzida em cerca de dois terços da quantidade indicada na receita original. Caso seja necessário, acrescente mais líquido durante a cozedura.
A quantidade de gordura a acrescentar pode ser reduzida consideravelmente. Uma pequena quantidade de manteiga, margarina ou óleo é suficiente para dar sabor aos alimentos. Por esse motivo, o seu forno microondas é óptimo para preparar refeições com baixo teor em gordura, como parte de uma dieta.

Sopa de cogumelos

Utensílios: Tigela com tampa (2 l capacidade)

200 g	cogumelos, laminados
50 g	cebola, picada finamente
300 ml	caldo de carne
300 ml	natas
25 g	farinha
25 g	manteiga ou margarina
	sal e pimenta
1	ovo
150 ml	crème fraîche

1. Coloque os legumes e o caldo na tigela, tape e deixe cozinhar.
   8-9 min. 800 W
2. Misture todos os ingredientes com a varinha mágica.
3. Misture a farinha e a manteiga até formar uma massa e misture-a na sopa. Tempere com sal e pimenta, tape e deixe cozer. Mexa após cozinhar.
   4-6 min. 800 W
4. Misture a gema do ovo com as crème fraîche e junte o preparado à sopa, misturando progressivamente. Aqueça durante uns instantes, mas não deixe ferver!
   1-2 min. 800 W
   Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 5 minutos.

Ratatouille

Utensílios: Tigela com tampa (2 l capacidade)

5 c/sopa	azeite
1 dente	de alho, esmagado
50 g	cebola, picada finamente
250 g	beringela, em cubos
200 g	courgette, em cubos
200 g	pimento, em cubos grandes
75 g	funcho, em cubos grandes
1	ramo de cheiros
200 g	corações de alcachofra enlatados, aos quartos
	azeite

1. Misture o azeite e o alho esmagado na tigela. Junte os legumes preparados, excepto os corações de alcachofra, e tempere com pimenta. Junte o ramo de cheiros, tape e deixe cozinhar, misturando de vez em quando.
   19-21 min. 800 W
   Durante os últimos 5 minutos, acrescente os corações de alcachofra e deixe aquecer.
2. Tempere a Ratatouille q.b. com sal e pimenta. Retire o ramo de cheiros antes de servir. Após a cozedura, deixe o cordeiro repousar durante cerca de 2 minutos.

Filetes de linguado

Utensílios: Recipiente oval raso com película aderente própria para microondas (aprox. 26 cm de commprimento)

400 g	filetes de linguado
1	limão inteiro
150 g	tomates
10 g	manteiga
1 c/sopa	óleo vegetal
1 c/sopa	salsa picada
	sal e pimenta
4 c/sopa	vinho branco
20 g	manteiga ou margarina

1. Lave o peixe e seque levemente. Retire as espinhas.
2. Corte o limão e o tomate em rodelas finas.
3. Unte o recipiente com manteiga. Coloque os filetes de peixe no recipiente e regue com óleo vegetal.
4. Polvilhe o peixe com a salsa, coloque as rodelas de tomate por cima e tempere. Disponha as rodelas de limão sobre o tomate e regue com vinho branco.
5. Coloque pequenas nozes de manteiga sobre o limão, tape e deixe cozinhar.
   16-19 min. 800 W
   Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 2 minutos.

Fiambre recheado

Utensílios: Tigela com Tampa (capacidade para 2 l)
Recipiente oval próprio para gratinar (aprox. 26 cm de comprimento)

125 g	espinafres
125 g	queijo fresco, 20 % tg
40 g	queijo Emmental ralado, pimenta, colorau
	queijo com pimenta e paprika
6 fatias	fiambre (300 g)
125 ml	água
125 ml	natas
20 g	farinha
20 g	manteiga ou margarina
10 g	manteiga ou margarina (para untar o prato)

1. Misture os espinafres com o queijo e o queijo fresco, tempere a gosto.
2. Coloque uma colher de sopa do recheio em cima de cada fatia de fiambre, e enrole-as. Atravesse o fiambre com um espeto de madeira.
3. Prepare o molho béchamel: junte a água e as natas num recipiente e aqueça.
   3-4 min. 800 W
   Misture a farinha com a manteiga, adicione ao líquido e bata até ficar uniformemente dissolvido. Tape e deixe cozer até o molho ficar espesso.
   1 min. 800 W Mexa e prove.
4. Coloque o molho no recipiente untado, coloque os rolos de fiambre recheados em cima do molho e cozinhe com a tampa.
   3-4 min. 800 W
   Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 5 minutos.

Strogonoff de vitela

Utensílios:	Recipiente com tampa (capacidade para 2 l)
600 g	escalopes de vitela
10 g	manteiga ou margarina
50 g	cebola, picada finamente
100 ml	vinho branco
	caldo de carne temperado, para aprox. ½ l de caldo
300 ml	natas
1 c/sopa	salsa picada

1. Corte a carne de vitela em tiras.
2. Unte o recipiente com manteiga. Coloque a carne e a cebola no recipiente, tape e deixe cozinhar. Mexa uma vez durante a cozedura.
   7-10 min. 800 W
3. Junte o vinho branco, o caldo da carne e as natas, mexa, tape e deixe cozinhar novamente.
   Mexa ocasionalmente.
   4-5 min. 800 W
4. Após a cozedura, mexa a mistura novamente e deixe repousar durante aproximadamente 5 minutos. Decore com salsa.

Lasanha

Utensílios:	Tigela com Tampa (capacidade para 2 l) Prato raso quadrado com tampa (aprox. 20 x 20 x 6 cm)
300 g	tomate, em lata
50 g	fiambre, em cubos
50 g	cebola, picada finamente
1	dente de alho, esmagado
250 g	carne picada
2 c/sopa	polpa de tomate
	sal e pimenta
150 ml	crème fraîche
100 ml	leite
50 g	queijo Parmesão, ralado
1 c/chá	mistura de ervas secas
1 c/chá	azeite
1 c/chá	óleo vegetal para untar a forma
125 g	lasanha verde
1 c/sopa	queijo Parmesão, ralado

1. Corte o tomate, misture com o fiambre, a cebola, o alho, a carne picada e a polpa de tomate. Tempere, tape e deixe cozinhar.
   7-9 min. 800 W
2. Misture o crème fraîche com o leite, o queijo Parmesão, as ervas, o óleo e as especiarias.
3. Unte o recipiente e cubra o fundo com cerca de 1/3 da massa. Coloque metade da mistura de carne picada na massa e deite algum molho. Repita este procedimento e termine com o resto da massa. Cubra a massa com o molho e polvilhe com queijo parmesão. Deixe cozinhar com a tampa.
   15-17 min. 560 W
   Após a cozedura, deixe repousar durante cerca de 5 a 10 minutos.

Geleia de frutas com molho de baunilha

Utensílios:	Prato com tampa (2 l capacidade) Prato com tampa (1 l capacidade)
150 g	groselhas vermelhas, lavadas e sem haste
150 g	morangos, lavados e sem as folhas e o pé
150 g	framboesas, lavadas e sem as folhas e o pé
250 ml	vinho branco
100 g	açúcar
50 ml	sumo de limão
8	folhas de gelatina
300 ml	leite
1/2	vagem de baunilha
30 g	açúcar
15 g	farinha de milho

1. Ponha de parte alguma fruta para decoração. Esmague a fruta restante com o vinho branco, coloque num prato, tape e leve a aquecer.
   7-9 min. 800 W
2. Acrescente, mexendo, o açúcar e o sumo de limão.
3. Embeba a gelatina em água fria durante aprox. 10 min, depois retire e seque-a, apertando-a. Acrescente, mexendo, a gelatina no puré quente até se dissolver. Coloque a geleia no frigorífico e deixe solidificar.
4. Para fazer o molho de baunilha, ponha o leite no outro recipiente. Corte a vagem de baunilha e remova o interior, acrescente-o, mexendo, ao leite com o açúcar e a farinha de milho. Tape e deixe cozinhar, mexendo durante a cozedura e novamente no final.
   3-4 min. 800 W
5. Coloque a geleia num prato e decorecom o resto da fruta. Deite o molho de baunilha sobre a geleia.

CUIDADOS E LIMPEZA

CUIDADO: NÃO UTILIZE PRODUTOS DE LIMPEZA PARA FORNOS, PRODUTOS DE LIMPEZA À BASE DE VAPOR, PRODUTOS DE LIMPEZA ABRASIVOS OU AGRESSIVOS OU QUE CONTENHAM HIDRÓXIDO DE SÓDIO OU ESFREGÕES PARA LIMPAR O SEU FORNO MICROONDAS.

LIMPE O FORNO REGULARMENTE E REMOVA QUAISQUER RESTOS DE COMIDA. Não manter o forno limpo poderá levar à deterioração da superfície o que afectará a vida útil do aparelho podendo resultar numa situação perigosa.

Exterior do forno

A parte exterior do seu forno pode ser limpa com água e detergente. Tenha o cuidado de retirar o detergente com um pano húmido e depois secar com um pano macio.

Painel de comandos

Abra a porta antes de limpar para desactivar o painel de comandos. Deve ter-se uma

especial atenção ao limpar o painel de comandos. Utilizando um pano ligeiramente húmido, limpe o painel de comandos com cuidado até estar completamente limpo. Evite usar grandes quantidades de água. Não utilize nenhum produto químico ou abrasivo.

Interior do forno

1. Limpe o forno depois de cada utilização, com o forno ainda quente, removendo todos os salpicos e resíduos de alimentos com um pano, ou esponja, húmido e macio. Para salpicos mais persistentes, utilize um detergente suave e limpe várias vezes com um pano húmido até remover todos os vestígios. Não retire a protecção de guia de onda.
2. Tenha cuidado para evitar a entrada de água ou detergente nos orifícios de ventilação existentes nas paredes do forno, uma vez que isso poderia danificar o forno.
3. Não utilize produtos de limpeza com pulverizador no interior do forno.

Prato giratório e suporte giratório

Retire o prato e o suporte giratório do forno. Lave o prato e o suporte giratório em água com detergente. Seque com um pano macio. Tanto o prato como o suporte giratório podem ser lavados na máquina de lavar loiça.

Porta

Para eliminar todos os vestígios de sujidade, limpe regularmente os dois lados da porta, as juntas e as superfícies isolantes com um pano húmido macio. Não usar produtos de limpeza abrasivos ou raspadores de limpeza metálicos afiados para limpar o vidro da porta do forno, visto que poderão riscar a superfície e resultar no estilhaçamento do vidro.

⚠ **Nota!** Não deve utilizar qualquer produto de limpeza à base de vapor.

O QUE FAZER SE

Problema	Verificar/recomendações
O microondas não estiver a funcionar correctamente?	• Os fusíveis incluídos na caixa de fusíveis estão a funcionar. • Não houve nenhum corte de energia. • Se os fusíveis continuarem a rebentar, contacte um electricista qualificado.
O modo de microondas não estiver a funcionar?	• A porta está devidamente fechada. • As juntas da porta e as superfícies estão limpas. • Premiu o botão START/+30.
O prato giratório não girar?	• O suporte do prato giratório está bem posicionado. • O recipiente utilizado no forno não é maior que o prato giratório. • Os alimentos não são maiores que o prato giratório, impedindo-o de rodar. • Não existe nada na cavidade por baixo do prato giratório.
O microondas não se desligar?	• Isole o aparelho da caixa de fusíveis. • Contacte um agente autorizado da ELECTROLUX.
A luz interior do microondas não estiver a funcionar?	• Contacte um agente autorizado da ELECTROLUX. A lâmpada interior do microondas só pode ser substituída por um agente autorizado da ELECTROLUX.
Os alimentos estiverem a demorar mais tempo a aquecer e cozinhar do que anteriormente?	• Defina um tempo de cozedura maior (dobro da quantidade = praticamente o dobro do tempo) ou, • Se os alimentos estiverem mais frios do que habitual, volte ou mexa-os de tempos a tempos ou, • Defina uma potência mais elevada.

ESPECIFICAÇÕES

Tensão CA		230 V, 50 Hz, monofásica
Disjuntor/fusível da linha de distribuição		Minimo 10 A
Potência CA necessária:	Microondas	1,2 kW
Potência de saída:	Microondas	800 W (IEC 60705)
Frequência de Microondas		2450 MHz * (Grupo 2/Classe B)
Dimensões Externas:	EMS17006O	594 mm (L) x 371 mm (A) x 316 mm (P)
Dimensões da Cavidade		285 mm (L) x 202 mm (A) x 298 mm (P) **
Capacidade do Forno		17 litros**
Prato giratório		ø 272 mm, vidro
Peso		cerca de 16 kg
Lâmpada do forno		25 W/240-250 V

* Este produto cumpre os requisitos da norma europeia EN55011.
De acordo com esta norma, este produto está classificado como equipamento do grupo 2, classe B.
O grupo 2 significa que o equipamento gera energia de radiofrequência sob a forma de radiação electromagnética para tratamento térmico de alimentos.
A classe B significa que o equipamento é adequado à utilização doméstica.

** A capacidade interna é calculada medindo a largura, profundidade e altura máximas.
A capacidade real para os alimentos é inferior.

CE

Este forno está em conformidade com os requisitos das Directivas 2004/108/EC, 2006/95/EC e 2005/32/EC.

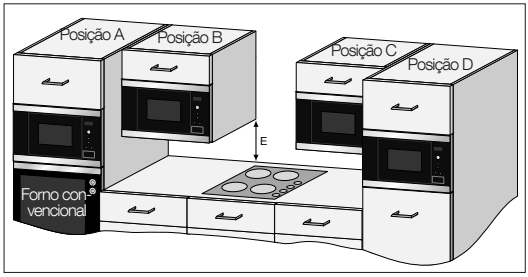
AS ESPECIFICAÇÕES ESTÃO SUJEITAS A ALTERAÇÕES SEM NOTIFICAÇÃO PRÉVIA NO ÂMBITO DE UM MELHORAMENTO CONTÍNUO DOS APARELHOS.

INSTALAÇÃO

O Microondas pode ser colocado nas posição A, B, C ou D:

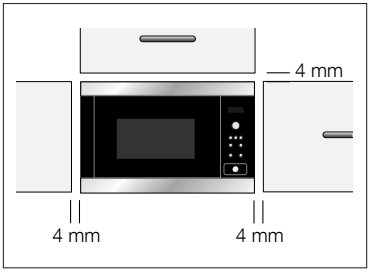
Posição	Dimensões do armário L P A
A	560 x 550 x 360
B+C	560 x 300 x 350 560 x 300 x 360
D	560 x 500 x 350 560 x 500 x 360

Medidas em (mm)



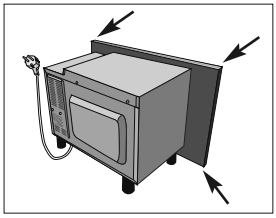
INSTALAÇÃO DO APARELHO

1. Retire todas as embalagens e verifique cuidadosamente a existência de sinais de danos.
2. Este forno foi concebido para ser instalado, regra geral, num armário com 360 mm de altura. Se desejar instalá-lo num armário com 350 mm de altura:
   Desaperte e retire os 4 pés incluídos na parte inferior do forno. Existem 3 pés altos e 1 pé baixo. Substitua os 3 pés altos pelos pés fornecidos no conjunto de acessórios. Não substitua o pé mais baixo.
3. Introduza o aparelho no armário de cozinha lentamente e sem forçar, até a estrutura da frente do forno encaixar na abertura do armário.
4. Verifique se o aparelho está estável e não inclinado. Não se esqueça de deixar um intervalo de 4 mm entre a porta de cima do armário e a parte superior da estrutura (ver diagrama).



Posição de fixação 1:

Fixe o forno na posição certa com os parafusos fornecidos. Os pontos de fixação estão localizados nos cantos superiores e inferiores do forno.



Posição de fixação 2:

Consulte o esquema fornecido com o forno.

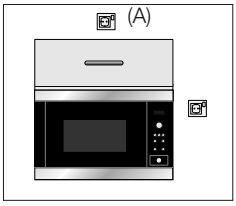
UTILIZAÇÃO SEGURA DO APARELHO

Se instalar o microondas na posição B ou C (ver diagrama na página 26):

- O armário deve estar localizado, pelo menos, a 500 mm (E) acima da bancada e não deve ser instalado **directamente** em cima de uma placa do fogão.
- Este aparelho foi testado e aprovado para ser utilizado apenas junto a placas de fogão a gás, eléctricas e de indução.
- Deve existir um intervalo suficiente entre a placa do fogão e o microondas para evitar o sobreaquecimento do forno a microondas, do espaço à volta do armário e dos acessórios.
- Quando estiver a usar o forno a microondas não utilize a placa do fogão sem tachos ou panelas ao lume.
- Deve ter muito cuidado ao utilizar o forno a microondas quando a placa estiver ligada.

LIGAÇÃO DO APARELHO À ALIMENTAÇÃO

- **A tomada deve estar situada num local acessível para que a unidade possa ser desligada facilmente numa situação de emergência. Em alternativa, poderá isolar-se o forno da corrente através da montagem de um interruptor na instalação fixa em conformidade com os regulamentos de instalações eléctricas.**
- **A tomada não deve estar localizada por trás do armário.**
- A posição ideal é por cima do armário, ver (A).



- Ligue o aparelho a uma tomada com ligação à terra, instalada correctamente, e com corrente alterna de 230 V/50 Hz monofásica. A tomada deve incluir um fusível de 10 A.
- **O cabo de alimentação só pode ser substituído por um electricista.**
- Antes da instalação, prenda um fio ao cabo de alimentação para facilitar a ligação ao ponto (A), quando estiver a instalar o aparelho.
- Ao instalar o aparelho num armário alto lateral, NÃO comprima o cabo de alimentação.
- Não coloque o cabo de alimentação ou a ficha dentro de água ou de qualquer outro líquido.

LIGAÇÕES ELÉCTRICAS

⚠ **AVISO!**
ESTE APARELHO DEVE SER LIGADO À TERRA
O fabricante declina quaisquer responsabilidades caso esta medida de segurança não seja cumprida.

Se a ficha instalada no seu aparelho não encaixar na tomada, deve contactar o seu agente autorizado local da ELECTROLUX.

INFORMAÇÕES AMBIENTAIS

Eliminação responsável em termos ecológicos das embalagens e aparelhos antigos

MATERIAL DE EMBALAGEM

Os fornos a microondas da ELECTROLUX necessitam de uma embalagem eficaz para os proteger durante o transporte.
Só são utilizadas as embalagens realmente necessárias.
O material de embalagem (ex.: película transparente ou esferovite) pode colocar as crianças em risco.

Perigo de asfixia. Mantenha o material de embalagem longe das crianças.
Todo o material de embalagem utilizado é ecológico e por isso pode ser reciclado. O cartão é feito de papel reciclado e as peças de madeira não são tratadas. Os itens em plástico são identificados como se segue:
"PE" polietileno ex.: película da embalagem
"PS" poliestireno ex.: embalagem (sem CFC)
"PP" polipropileno ex.: fitas da embalagem
Utilizando e reutilizando as embalagens, é possível poupar as matérias primas e reduzir o volume de lixo produzido.
As embalagens devem ser entregues junto do centro de reciclagem mais próximo da sua área. Contacte as entidades competentes da sua área para mais informações.

ELIMINAÇÃO DE APARELHOS ANTIGOS

Os aparelhos antigos devem ser preparados, em termos de segurança, antes da sua eliminação, removendo a ficha e cortando e eliminando o cabo de alimentação.
Devem ser entregues junto do centro de reciclagem mais próximo da sua área. Contacte as entidades competentes da sua área ou a Delegação de Saúde Ambiental para saber se existem instalações na sua área para a reciclagem de aparelhos.

O símbolo no produto ou na embalagem indica que este produto não pode ser tratado como lixo doméstico. Em vez disso, deve ser entregue ao centro de recolha selectiva para a reciclagem de equipamento eléctrico e electrónico. Ao garantir uma eliminação adequada deste produto, irá ajudar a evitar eventuais consequências negativas para o meio ambiente e para a saúde pública, que, de outra forma, poderiam ser provocadas por um tratamento incorrecto do produto. Para obter informações mais pormenorizadas sobre a reciclagem deste produto, contacte os serviços municipalizados locais, o centro de recolha selectiva da sua área de residência ou o estabelecimento onde adquiriu o produto.

SERVIÇO APOIO AO CONSUMIDOR

No manual do utilizador e no nosso website www.electrolux.pt, pode ler como proceder em caso de anomalia no funcionamento do aparelho e também as instruções de manutenção para prolongar a vida do seu aparelho.
No nosso website poderá também encontrar as condições e exclusões de garantia oficiais da Electrolux (garantia do fabricante) e caso pretenda, pode efectuar o download e guardá-las para consulta futura. Caso não tenha acesso à internet, poderemos enviar as mesmas por correio, para tal, deverá entrar em contacto com a Electrolux, podendo fazê-lo escrevendo para Electrolux Lda, Quinta da Fonte – Edificio Gonçalves Zarco Q35, 2744-518 Paço de Arcos, através do mail: electrolux.service@electrolux.pt ou telefonando para o número 214403939. Em caso de anómalia do aparelho e quando entrar em contacto com um centro de assistência oficial da marca, tenha consigo a seguinte informação:

Modelo:.....

Número de serie:.....

Número de Produto:.....

Data de Compra:.....

Active agora a sua garantia e proteja o seu novo electrodoméstico de avarias durante um periodo de dois anos a partir da data de aquisição. Telf: 808 210 211

INDICE

MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD 31
DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO 35
PANEL DE MANDOS 36
ANTES DE USARLO POR PRIMERA VEZ 36
FUNCIONAMIENTO 38
TABLA DE PROGRAMAS 44
RECETAS 48
LIMPIEZA & MATENIMIENTO 52
¿QUÉ HACER SI 54
ESPECIFICACIONES 54
INSTALACIÓN 55
INFORMACIÓN MEDIOAMBIENTAL 57
CUSTOMER CARE AND SOPORTE 57

PENSAMOS EN USTED

Gracias por adquirir un aparato Electrolux. Ha escogido un producto que contiene décadas de experiencia e innovación profesionales. Ingenioso y elegante, se ha diseñado pensando en usted. Así pues, siempre que lo utilice, puede tener la seguridad de que conseguirá excelentes resultados.

Bienvenido a Electrolux.

Visite nuestro sitio web para:

Obtener consejos, folletos, soluciones a problemas e información de servicio:
www.electrolux.com

Registrar su producto para recibir un mejor servicio:
www.electrolux.com/productregistration

Adquirir accesorios, artículos de consumo y recambios originales para su aparato:
www.electrolux.com/shop

ATENCIÓN Y SERVICIO AL CLIENTE

Le recomendamos que utilice recambios originales.
Al contactar con el Servicio, cerciórese de tener la siguiente información a mano.
La información se puede encontrar en la placa de características. Modelo, PNC, Número de serie.

Advertencia - Precaución-Información sobre seguridad

Información general y consejos

Información medioambiental

Sujeto a cambios sin previo aviso.

MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

⚠ INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES: LÉALAS ATENTAMENTE Y CONSÉRVELAS PARA CONSULTAS FUTURAS

Para evitar incendios

Los hornos de microondas no deben dejarse funcionando sin que haya alguien controlando su cocción. Los niveles de potencia que sean demasiado altos o los tiempos de cocción demasiado largos pueden calentar excesivamente los alimentos y originar incendios. La toma de corriente eléctrica debe estar fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse sin dificultades en caso de emergencia. El suministro de C.A. debe ser de 230 V, 50 Hz, con un fusible en la línea de distribución de 10 A como mínimo, o un interruptor en el circuito de distribución de 10 A como mínimo. Se recomienda utilizar un solo circuito separado para alimentar a este aparato. No guarde ni use el horno en exteriores.

Si ve que sale humo de la comida que se está calentando en el horno, NO ABRA LA PUERTA. Apague y desenchufe el horno y espere hasta que deje de salir humo. Si abre la puerta mientras sale humo de la comida podría causar un incendio. Utilice sólo recipientes, envases y utensilios adecuados para cocinar con microondas. No deje el horno funcionando sin que haya alguien controlando su cocción cuando emplee envases desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles para calentar o cocinar la comida. Limpie la tapa de la guía de ondas, la cavidad del horno, el plato giratorio y el soporte del rodillo después de utilizarlos. Quíteles siempre la grasa dado que ésta podría sobrecalentarse la próxima vez que use el horno y empezar a echar humo o prenderse fuego.

No coloque materiales inflamables cerca del horno o de los orificios de ventilación. No bloquee la entrada de los orificios de ventilación. Quite todos los precintos metálicos, envolturas de alambre, etc. que tenga la comida dado que podrían formarse arcos o chispas eléctricas en las superficies metálicas y ocasionar incendios. No utilice el horno de microondas para freir con aceite o para calentar aceite con el que va a freir después. No se puede controlar la temperatura y podría prenderse fuego. Para hacer palomitas de maíz (popcorn) utilice sólo un horno de microondas especial para ello. No guarde comida ni ningún otro alimento dentro del horno. Compruebe las posiciones programadas después de poner el horno en funcionamiento para asegurarse de que su operación va a ser la correcta. Utilice este manual de instrucciones.

Para evitar estropear el horno

⚠ ¡ADVERTENCIA! No haga funcionar el horno si está estropeado o funciona mal. Compruebe los puntos siguientes antes de utilizarlo:

a) La puerta; asegúrese de que la puerta cierra bien y compruebe que no está ni

deformada ni combada.

b) Las bisagras y pestillos de seguridad de la puerta; compruebe que no están ni rotos ni flojos.

c) Los sellos de la puerta y las superficies de sellado; asegúrese de que no han sufrido daños y están en perfectas condiciones.

d) Dentro del horno o en la puerta; asegúrese de que no hay abolladuras.

e) El cable y el enchufe de alimentación de la corriente; asegúrese de que no están estropeados.

En ningún caso ajuste, repare ni modifique el horno personalmente. Hacerlo es peligroso para cualquier persona que carezca de los conocimientos necesarios para llevar a cabo tareas de servicio o reparación que requieran la extracción de una cubierta que impida la exposición a la energía de microondas.

No ponga el horno a funcionar con la puerta abierta ni altere de ninguna forma los pestillos (cierres) de la puerta de seguridad. No haga funcionar el horno si hay algún objeto atrapado entre los el marco de la puerta y las superficies de cierre.

No permita que se acumule grasa o suciedad en las juntas herméticas de la puerta ni en las superficies de alrededor. Siga las instrucciones de "Limpieza & matenimiento". Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Las personas que llevan un MARCAPASOS deben comprobar con su médico o el fabricante del marcapasos las precauciones que deben tomar con respecto a los hornos de microondas.

Para evitar sacudidas eléctricas

Bajo ningún concepto se deberá desmontar la caja exterior. No derrame nada ni introduzca ningún objeto en los orificios de los cierres de la puerta o en los orificios de ventilación. En caso de que cayera algo, apague el horno, desenchúfelo inmediatamente y llame al técnico de servicio ELECTROLUX autorizado. No sumerja en agua ni en ningún otro líquido el cable de alimentación ni el enchufe. No deje que el cable de alimentación cuelgue del borde de la mesa o de la superficie en la que esté situado el horno. No permita que el cable de corriente entre en contacto con superficies calientes o afiladas, como por ejemplo el aire caliente de la parte superior trasera del microondas.

No procure substituir la lámpara usted mismo del horno o permitir a cualquier persona que no sea autorizada por ELECTROLUX a hacerlo tan. Si la lámpara se estropea, consúltelo con su distribuidor o con un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Si se estropea el cable de alimentación de este aparato, deberá cambiarlo por un cable especial. El cambio debe efectuarlo un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Para evitar el riesgo de explosión y ebullición repentina

⚠ ¡ADVERTENCIA! No caliente líquidos ni otros alimentos en recipientes cerrados ya que podrían explotar.

No use nunca recipientes o envases sellados. Quite los cierres y tapas antes de utilizarlos. Los recipientes sellados pueden explotar al acumularse la presión incluso después de haber apagado el horno. Tenga cuidado cuando caliente líquidos en el horno de microondas. Utilice un recipiente de boca ancha para que puedan escapar las burbujas.

El calentamiento de bebidas en el microondas puede dar lugar a un retraso en la ebullición, por lo tanto el cuidado tiene que ser tomado al manejar el envase.

Para evitar la salida repentina de líquido hirviendo y las posibles quemaduras:

1. Agite el líquido antes de calentarlo/recalentarlo.
2. Es aconsejable introducir una varilla de vidrio o utensilio similar en el líquido mientras calienta.
3. Deje el líquido en reposo al final del tiempo de cocción por 20 segundos, para evitar que hierva y salpique después.

No cocine huevos con la cáscara ni caliente huevos cocidos duros enteros en hornos microondas ya que podrían explotar incluso después de haber terminado de calentarlos el microondas. Para cocinar o volver a calentar huevos que no estén mezclados o revueltos, pinche las yemas y las claras para que no exploten. Corte también los huevos duros con cáscara antes de calentarlos en el horno de microondas.

Agujeree la piel o cáscara de alimentos como las patatas, salchichas y fruta antes de cocinarlos porque si no podrían explotar.

Para evitar quemaduras

No toque o mueva nunca el grill inferior mientras está caliente. Utilice agarradores o manoplas especiales para horno al sacar la comida para evitar quemarse. Abra siempre los recipientes, paquetes de palomitas de maíz, bolsas para cocinar en horno, etc., lejos de la cara y manos para evitar quemarse con el vapor.

Para evitar quemaduras, compruebe siempre la temperatura de los alimentos y remuévalos antes de servirlos, prestando especial atención a la temperatura de comidas y bebidas para bebés, niños o ancianos.

La temperatura del recipiente no es una buena indicación de la temperatura de la comida o bebida; compruebe siempre la temperatura de la comida. Conviene siempre apartarse de la puerta del horno al abrirlo para evitar quemarse al salir el vapor y el calor. Los alimentos rellenos cocidos al horno deben cortarse en rodajas después de calentarlos para que salga el vapor y evitar quemaduras.

Mantenga a los niños lejos de la puerta para evitar que sufran quemaduras.

Para evitar que los niños lo utilicen de forma inadecuada

⚠ ¡ADVERTENCIA! El

aparato y sus piezas accesibles se calientan durante el uso. Es recomendable tener cuidado para evitar tocar los elementos calientes. Los niños menores de 8 años de edad deberán mantenerse alejados a no ser que estén bajo supervisión continua. Este aparato puede ser usado por niños de 8 años o mayores y personas con las capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimientos, si han recibido supervisión o instrucciones referentes al uso del aparato de forma segura y si comprenden los riesgos que conlleva. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento de usuario no deberían ser realizados por niños menores de 8 años y sin supervisión.

Es preciso controlar a los niños para cerciorarse de que no jueguen con el aparato. Los niños pueden utilizar los hornos de microondas sólo cuando estén bajo supervisión de las personas mayores. No apoyarse ni agarrarse de la puerta del horno. No juegue con el horno ni lo utilice como un juguete. A los niños se les debe enseñar todas las medidas de seguridad importantes tales como la utilización de guantes o manoplas para no quemarse, retirar con cuidado las envolturas de las comidas y tener un cuidado especial con los alimentos (por ej., los envueltos en materiales autocalentables) diseñados para tostar la comida porque puede que estén demasiado calientes.

Otras Notas

No intente nunca hacer ninguna modificación en el horno. Este horno es para preparar solamente comidas en el hogar y debe utilizarse sólo para cocinar alimentos. No es adecuado para utilizarlo con fines comerciales o de laboratorio.

Para prevenir averías en el horno y para no estropearlo, tenga en cuenta lo siguiente

No haga funcionar el horno cuando esté vacío. Si utiliza algún plato para dorar o materiales autocalentables, coloque siempre debajo un aislador termorresistente como, por ejemplo, un plato de porcelana para evitar que se estropee el plato giratorio y el soporte del rodillo debido al esfuerzo calorífico. No debe sobrepasar el tiempo de precalentamiento especificado en las instrucciones del plato. No utilice utensilios de metal que reflejan las microondas y pueden ocasionar arcos o chispas eléctricas. No ponga nunca latas en el horno. Utilice sólo el plato giratorio y el soporte del rodillo diseñados para este horno. No hacer funcionar el horno sin el plato giratorio.

Para evitar que se rompa el plato giratorio:

a) Antes de limpiar el plato giratorio con agua, déjelo enfriar.
b) No ponga comidas ni utensilios calientes sobre un plato giratorio frío.
c) No ponga comidas ni utensilios fríos sobre un plato giratorio caliente.

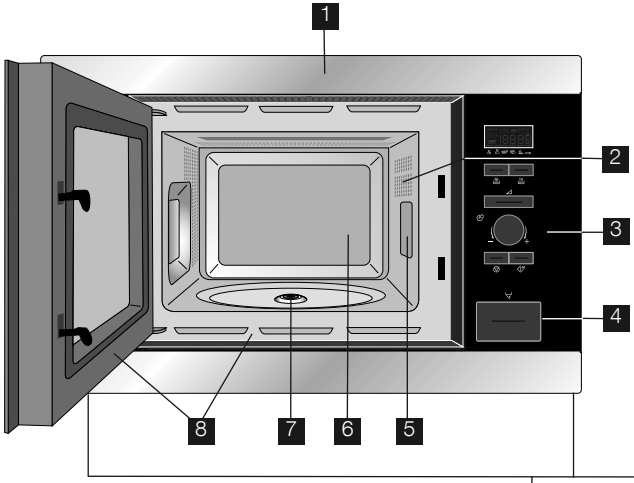
No coloque nada en la partes exteriores del horno mientras está funcionando.

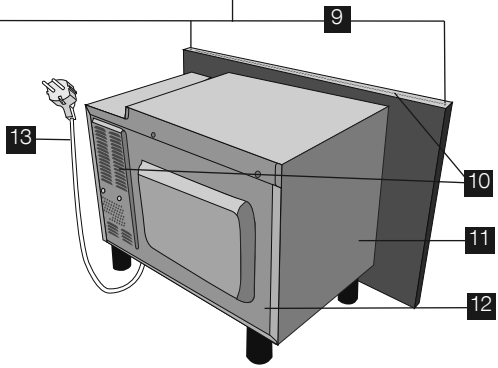
⚠ ¡Notas!

Si no está seguro de cómo conectar el horno, sírvase consultar a un electricista homologado. Ni el fabricante ni el proveedor aceptan responsabilidad alguna por cualquier avería del horno o heridas personales sufridas por dejar de observar el procedimiento correcto de conexión eléctrica. Puede que se forme vapor o gotas de agua algunas veces en las paredes del horno o cerca del perimetro de la puerta y de las superficies del marco. Esto es bastante normal y no indica que haya ninguna fuga de microondas ni ninguna avería.

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

EL HORNO MICROONDAS Y SUS ACCESORIOS

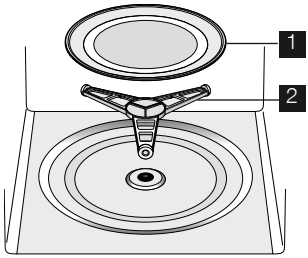




1 Marco frontal
2 Lámpara del horno
3 Panel de mandos
4 Tecla apertura de puerta
5 Tapa de la guía de ondas
6 Cavidad del horno
7 Guarnición estanca
8 Cierre de la puerta y marco de cierre
9 Puntos de fijación (4 puntos)
10 Orificios de ventilación
11 Cubierta externa
12 Tapa trasera
13 Cable de alimentación

Compruebe que están presentes los siguientes accesorios:

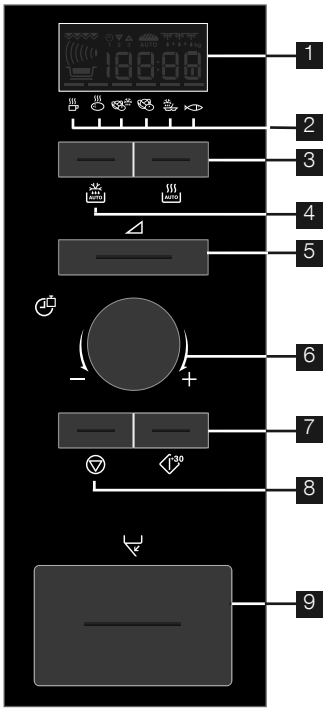
1 El plato giratorio
2 El soporte de rodillos
3 4 tornillos de fijación (no mostrado)



- Coloque el soporte de rodillos en la guarnición en el fondo del interior.
- Ponga seguidamente el plato giratorio en el soporte de rodillos.
- Para evitar daños al plato giratorio, al sacar del horno platos o recipientes conviene levantarlos apartándolos del borde del plato giratorio.

Cuando encargue accesorios al comercio o técnico de servicio ELECTROLUX autorizado, sírvase mencionar dos cosas, el nombre de la pieza y la denominación del modelo.

PANEL DE MANDOS



1 VISUALIZADOR DIGITAL indicadores

- Microondas
- Reloj
- 1 2 3 Etapas de cocción
- Función "Más" el "Menos"
- Decongelación automática pan
- Decongelación automática
- kg Cocción

2 Indicadores COCCIÓN AUTOMÁTICA
3 Tecla COCCIÓN AUTOMÁTICA
4 Tecla DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA
5 Tecla de NIVEL DE POTENCIA
6 Botón TEMPORIZADOR/PESO
7 Tecla START/+30
8 Tecla STOP
9 Tecla APERTURA DE PUERTA

ANTES DE USARLO POR PRIMERA VEZ

MODO "ECON"

El horno está en modo “AHORRO DE ENERGÍA” (“Econ”).

1. Enchufe el horno.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".
3. A continuación podrá verse en pantalla la cuenta atrás de 3:00 a cero.
4. Al llegar a cero, el horno pasará a modo "Econ" y la pantalla quedará en blanco.

- Para cancelar el modo "Econ", ponga el reloj en hora.

PUESTA EN HORA DEL RELOJ

El reloj del horno es de 12 e 24 horas.
Ejemplo: Para ajustar la hora del reloj a las 11:30 (en el reloj de 12 horas).

1. Abra la puerta.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".
3. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá: 12H
4. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
5. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
6. Pulse el botón START/+30.
7. Compruebe la pantalla: 11:30
8. Cierre la puerta.

- Puede girar el mando TEMPORIZADOR/PESO en sentido horario o antihorario.
- Si selecciona el botón STOP no se llevará a cabo el ajuste de la hora. En la pantalla aparecerá: "Econ".

Ejemplo: Poner el reloj a las 23:30 (24 horas).
1. Abra la puerta.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".
3. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá:
4. Se pulsa la tecla de START/+30. En la pantalla aparecerá:
5. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
6. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
7. Pulse el botón START/+30.
8. Compruebe la pantalla:
9. Cierre la puerta.

- Puede girar el mando TEMPORIZADOR/PESO en sentido horario o antihorario.
- Si selecciona el botón STOP no se llevará a cabo el ajuste de la hora. En la pantalla aparecerá: "Econ".

CONFIGURACIÓN DEL TIEMPO CON EL RELOJ PUESTO EN HORA

Ejemplo: Poner el reloj a las 11:45.
1. Abra la puerta.
2. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá:

   (Si desea cambiar el reloj al de 24 h, pulse de nuevo el botón START/+30.)
3. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
4. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
5. Pulse el botón START/+30.
6. Compruebe la pantalla:

PARA CANCELAR EL RELOJ Y CONFIGURAR EL MODO ECON

1. Abra la puerta.
2. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá:

   (Si desea cambiar el reloj al de 24 h, pulse de nuevo el botón START/+30.)
3. Pulse el botón STOP.
4. En la pantalla aparecerá: "Econ".
5. Cierre la puerta.
6. A continuación podrá verse en pantalla la cuenta atrás de 3:00 a cero.
7. Al llegar a cero, el horno pasará a modo "Econ" y la pantalla quedará en blanco.

UTILIZACIÓN DE LA TECLA DE STOP

Utilice la tecla de STOP para:
1. Borrar los errores que haya cometido durante la programación.
2. Parar el horno temporalmente durante la cocción.
3. Cancelar un programa durante la cocción, pulsándola dos veces.

BLOQUEO DE SEGURIDAD INFANTIL

El horno cuenta con un sistema de seguridad para evitar que los niños puedan encenderlo accidentalmente. Una vez activado el sistema de bloqueo, no podrá encenderse ninguna parte del microondas hasta que se haya desactivado el bloqueo.

Ejemplo: Para activar el bloqueo de seguridad infantil.
1. Pulse y mantenga pulsada la tecla STOP durante 5 segundos.

El horno emitirá una señal acústica y "LOC" aparecerá en pantalla:

- Para cancelar el bloqueo de seguridad infantil, pulse y mantenga pulsada la tecla STOP durante 5 segundos. El horno emitirá dos señales acústica y podrá verse en pantalla la hora del día.
- El sistema de seguridad infantil no puede activarse si el reloj no está en hora.

FUNCIONAMIENTO

COCCIÓN TECNICAS MICROONDAS

Para cocinar o descongelar alimentos en un horno microondas, la energía microondas debe ser capaz de atravesar el recipiente para penetrar en los alimentos. Por lo tanto es importante elegir recipientes adecuados.
Los platos redondos u ovalados son mejores que los cuadrados o alargados, ya que los alimentos situados en las esquinas suelen quedar demasiado hechos.
Es importante dar la vuelta, volver a colocar o remover los alimentos para asegurar que se calientan uniformemente.
Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor se distribuya en ellos por igual.

Características de los alimentos	
Composición	Los alimentos con mayor contenido en grasa o azúcar (p. ej.: pudding de Navidad o pastel de frutas) necesitan menos tiempo para calentarse. Debería tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Densidad	La densidad de los alimentos afectará al tiempo de cocción necesario. Los alimentos ligeros y porosos, como los bizcochos o el pan, se cocinan más rápidamente que los alimentos más pesados y densos, como los asados y los guisos.
Cantidad	El tiempo de cocción debe aumentarse cuanto mayor sea la cantidad de alimentos colocados en el horno. P. ej.: cuatro patatas tardarán más en cocinarse que dos.
Tamaño	Los alimentos y trozos pequeños se cocinan más rápidamente que los más grandes, ya que las microondas pueden entrar hasta el centro desde todos los lados. Para una cocción uniforme, haga trozos del mismo tamaño.
Forma	Los alimentos con formas irregulares, como las pechugas o los muslos de pollo, tardan más en cocinarse en las partes más gruesas. Las formas redondeadas se cocinan más uniformemente que las formas cuadradas cuando se cocinan con microondas.
Temperatura	La temperatura inicial de los alimentos afecta al tiempo de cocción necesario. Los alimentos refrigerados tardarán más en cocinarse que los alimentos a temperatura ambiente. Haga un corte a los alimentos con relleno, por ejemplo bollos rellenos de mermelada, para liberar el calor o el vapor.

Técnicas de cocción	
Colocar	Ponga las partes más gruesas de los alimentos hacia el exterior del plato. P. ej.: muslos de pollo.
Tapar	Utilice film transparente para microondas dejando una abertura o bien una tapa adecuada.
Perforar	Los alimentos con cáscara, piel o membrana deben perforarse en varios sitios antes de cocinarlos o calentarlos, ya que se acumulará el vapor y puede hacer que exploten los alimentos. P. ej.: patatas, pescado, pollo, salchichas. ⚠ **¡Importante!** Los huevos no deberían calentarse con energía microondas, ya que pueden explotar, incluso después de haber terminado su cocción. P. ej.: escalfados, fritos, cocidos.
Remover, dar la vuelta y volver colocar	Para conseguir una cocción uniforme, es imprescindible remover, dar la vuelta y volver a colocar los alimentos durante la cocción. Remueva y vuelva a colocar los alimentos siempre desde fuera hacia dentro.
Reposar	Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor pueda distribuirse por ellos por igual.
Proteger	Algunas zonas de los alimentos que se estén descongelando pueden calentarse. Las zonas calientes pueden protegerse con pequeños trozos de papel de aluminio, que reflejan las microondas. P. ej.: muslos y alitas de un pollo.

UTENSILIOS DE COCINA APTOS PARA MICROONDAS

Recipientes	Adecuados para microondas	Comentarios
Papel de aluminio y recipientes de papel de aluminio	✔ / ✘	Pueden utilizarse trozos pequeños de papel de aluminio para proteger los alimentos y evitar que se sobrecalienten. Mantenga el papel de aluminio a al menos 2 cm de las paredes del horno, ya que pueden formarse arcos eléctricos. No se recomiendan los recipientes de papel de aluminio a menos que lo especifique el fabricante, siga las instrucciones atentamente.
Fuentes refractarias	✔	Siga siempre las instrucciones del fabricante. No supere los tiempos de calentamiento facilitados. Tenga mucho cuidado, ya que estas fuentes se calientan mucho.
Loza y cerámica	✔ / ✘	La porcelana, la cerámica, la cerámica vitrificada y la porcelana, suelen ser adecuados excepto cuando tienen adornos metálicos.
Cristalería (p. ej. Pyrex ®)	✔	Debería tenerse cuidado al utilizar cristalería delicada, ya que puede romperse o rajarse si se calienta repentinamente.
Metal	✘	No se recomienda utilizar recipientes metálicos con energía microondas, ya que formará arcos eléctricos que pueden causar un incendio.
Plásticos y poliestireno (p. ej.: recipientes de comida rápida)	✔	Debe tenerse cuidado, ya que algunos recipientes se deforman, funden o decoloran a temperaturas altas.
Film transparente	✔	No debería estar en contacto con los alimentos y debe perforarse para dejar escapar el vapor.
Bolsas para congelar y asar	✔	Deben perforarse para dejar escapar el vapor. Asegúrese de que las bolsas son adecuadas para su uso en microondas. No utilice cierres de plástico o metal, ya que pueden fundirse o prenderse debido a la formación de arcos eléctricos del metal.
Papel: platos, vasos y papel de cocina	✔	Utilícelos sólo para calentar o para absorber la humedad. Debe tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Recipientes de paja y madera	✔	Esté siempre atento al horno cuando utilice estos materiales, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Papel reciclado y de periódico	✘	Puede contener extractos de metal que formarán arcos eléctricos y pueden causar un incendio.

COCCIÓN MICROONDAS

Con las operaciones manuales podrá programar el horno para un máximo de 90 minutos. La unidad de ingreso de tiempo de cocción puede variar entre 15 segundos y cinco minutos. Depende del tiempo total de cocción, tal como se enseña en la tabla.

Tiempo de cocción	Unidad
0-5 minutos	15 segundos
5-10 minutos	30 segundos
10-30 minutos	1 minuto
30-90 minutos	5 minutos

DESCONGELACIÓN MANUAL

Utilice 240 W para la descongelación manual (sin accionar la función de Descongelación automática). Aparecerá el símbolo de descongelación en pantalla al seleccionar el nivel de potencia.

NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS

Hay 6 niveles diferentes de potencia de microondas preajustables para su horno.

Nivel de potencia	Uso asconsejado
800 W/ALTA	Utilizado para cocción rápida o para recalentar, p.ej. sopas, guisos, alimentos enlatados, bebidas calientes, verduras, pescado, etc.
560 W	Utilizado para la cocción más prolongada de alimentos densos, como carne asada, pasteles de carne y comidas al plato y también para platos sensibles como salsa de queso y pasteles de bizcocho. En este punto de ajuste, más reducido, la salsa no hervirá y los alimentos se cocerán uniformemente sin quemarse en los bordes.
400 W	Para alimentos densos que requieren un tiempo de cocción largo en la cocina convencional, por ejemplo platos de buey. Se recomienda utilizar este ajuste de la potencia para asegurar que la carne quede tierna.
240 W/ DESCONG-ELACIÓN	Seleccione este ajuste para descongelar asegurando que el plato se descongela uniformemente. Este ajuste es también ideal para cocer a fuego lento arroz, pasta, etc.y para cocer flanes de huevo.
80 W	Para descongelación cuidadosa, por ejemplo de dulces o pasteles de crema.
0 W	Para el avisador de reposo/cocina.

W = WATT

Ejemplo: Desea calentar sopa durante 2 minutos y 30 segundos empleando una potencia de microondas de 560 W.

1. Pulse la NIVEL DE POTENCIA dos veces.

2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 2.30 visualizador.

3. Se pulsa la tecla de START/+30.

4. Comprobar el visualizador:

¡Importante!
Si no pone ningún nivel, se seleccionará automáticamente el nivel del 800 W/ALTA.

- Cuando se abre la puerta durante el proceso de cocción se para automáticamente el tiempo contado en el visualizador digital. El tiempo de cocción empieza a contarse de nuevo cuando se cierra la puerta y se pulsa la tecla de START/+30.
- Si se desea saber el nivel de potencia que se está usando durante la cocción se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA del microondas.
- El tiempo de cocción puede aumentarse o disminuirse girando el mando de TEMPORIZADOR/PESO.
- El nivel de potencia puede cambiarse durante la cocción pulsando la tecla NIVEL DE POTENCIA.
- Para cancelar un programa durante la cocción, pulse dos veces la tecla STOP.

AVISADOR DE COCINA

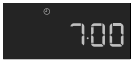
Ejemplo: Para programar el avisador de cocina a 7 minutos.

1. Se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA 7 veces.

2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 7.00 visualizador.

3. Se pulsa la tecla de START/+30.

4. Comprobar el visualizador:



- Para detener el avisador, pulse la tecla STOP. Pulse la tecla START/+30 para reanudar la cuenta atrás y, para salir, pulse de nuevo STOP.

AGREGAR 30 SEGUNDOS

La tecla de START/+30 permite utilizar las dos funciones siguientes.

1. **Inicio directo de cocción**
   Puede empezar la cocción directamente al nivel de otencia de microondas de 800 W/ ALTA durante 30 segundos pulsando la tecla START/+30.

2. **Prolongación del tiempo de cocción**
   Durante la cocción manual, puede prolongar el tiempo de cocción en múltiplos de 30 segundos pulsando la tecla mientras el horno está funcionando.

- Esta función no puede utilizarse durante COCCIÓN AUTOMÁTICA o DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.

FUNCIÓN "MÁS" & "MENOS"

La función MÁS & MENOS le permite aumentar o disminuir el tiempo de cocción al utilizar los programas automáticos.

Si prefiere que las patatas cocidas queden hechas, pero enteras, emplee MENOS . Si, de lo contrario, prefiere que las patatas cocidas queden más tiernas, emplee MÁS .

Ejemplo: Para cocinar 0,3 kg de patatas bien cocidas.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de COCCIÓN AUTOMÁTICA.

2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.3 visualizador.

3. Pulse una vez la tecla NIVEL DE POTENCIA para seleccionar la función MÁS .

4. Se pulsa la tecla de START/+30.

5. Comprobar el visualizador:

- Para cancelar la función MÁS/MENOS, pulse 3 veces la tecla del NIVEL DE POTENCIA.
- Si selecciona MÁS, aparecerá en pantalla .
- Si selecciona MENOS, aparecerá en pantalla .

COCCIÓN EN VARIAS SECUENCIAS

Puede programarse una secuencia de 3 escalones (máximo) empleando combinaciones de MICROONDAS.

Ejemplo: Para cocinar arroz:
5 minutos en la potencia de 800 W (Etapa 1)
16 minutos en la potencia de 240 W (Etapa 2)

Etapa 1

1. Pulse la tecla NIVEL DE POTENCIA una vez.

2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 5.00 visualizador.

3. Comprobar el visualizador:

Etapa 2

1. Se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA 4 veces.

2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 16.00 visualizador.

3. Se pulsa la tecla de START/+30.

4. Comprobar el visualizador:

El horno empezará a cocinar durante 5 minutos a 800 W y luego durante 16 minutos con 240 W.

OPERACIÓN COCCIÓN AUTOMÁTICA & DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

La operación COCCIÓN AUTOMÁTICA de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA se calcula automáticamente el modo y el tiempo de cocción correctos. Se puede elegir de entre 6 menús de COCCIÓN AUTOMÁTICA y 2 menús de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.

Cocción Automática

Alimento	Simbolo
Bebida	
Patatas cocidas/ Patasas asadas con piel	
Verduras congelasdas	
Verduras frescas	
Comidas congeladas preparasdas	
Filetes de pescado con salsa	

Ejemplo: Para cocinar 0,3 kg de patatas.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de COCCIÓN AUTOMÁTICA.

2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.3 visualizador.

3. Se pulsa la tecla de START/+30.

4. Comprobar el visualizador:

Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30. Una vez transcurrido el tiempo de COCCIÓN AUTOMÁTICA, el programa se detendrá automáticamente.

Sonará el timbre y comenzará a parpadear el símbolo de cocción. Tras 1 minuto y otra señal sonora de aviso, aparecerá en pantalla la hora del día.

Descongelación Automática

Alimento	Simbolo
Carne/pescado/aves	
Pan	AUTO

Ejemplo: Para descongelación 0,2 kg pan.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.

x2

2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.2 visualizador.

3. Se pulsa la tecla de START/+30.

x1

4. Comprobar el visualizador:

Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30. Una vez transcurrido el tiempo de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA, el programa se detendrá automáticamente. Sonará el timbre y comenzará a parpadear el símbolo de cocción. Tras 1 minuto y otra señal sonora de aviso, aparecerá en pantalla la hora del día.

TABLA DE PROGRAMAS

CUADROS DE COCCIÓN AUTOMÁTICA & DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

Cocción automática	Cantidad (Unidad de incremento)/ Utensilios	Tecla	Procedimiento
Bebida (Té/Café)	1-4 tazas 1 taza = 200 ml	x1	• Coloque la taza cerca del borde del plato giratorio.
Patatas cocidas y asadas con piel	0,1-0,8 kg (100 g) Fuente con tapa	x2	Patatas hervidas: pelar las patatas y cortarlas en trozos de tamaños similares. Patatas con piel: elegir patatas del mismo tamaño y lavarlas. • Poner las patatas cocidas o en su monda en una fuente. • Agregue la cantidad de agua requerida (por 100 g) aprox. 2 CuSop y un poco de sal. • Cubrir con una tapa. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Verduras congeladas	0,1-0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	x3	• Agregue 1 CuSop de agua por 100 g y un poco de sal (tratándose de setas no se necesita agua adicional). • Cubrir con una tapa. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min. Si se compactan juntas las verduras congeladas, cocerlas empleando el modo manual.
Verduras frescas	0,1-0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	x4	• Corte en trozos pequeños, ya sea en juliana,dados o rodajas. • Agregue 1 CuSop de agua por 100 g y un poco de sal (tratándose de setas no se necesita agua adicional). • Cubrir con una tapa. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Comidas congeladas preparadas	0,3-1,0 kg (100 g) Fuente con tapa	x5	• Transferir el alimento a un plato adecuado para microondas. • Añada el liquido necesario, recomendado por el fabricante. • Cubrir con una tapa. • Cocinar sin tapar si lo aconseja el fabricante. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Filetes de Pescado con Salsa	0,4-1,2 kg* (100 g) Fuente para gratén y film de plástico para microondes	x6	• Ver las recetas para “Filetes de Pescado con Salsa” en la página’s 46. * Peso total de ingredientes.

Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.

Descongelación automática	Cantidad (Unidad de incremento)/ Utensilios	Tecla	Procedimiento
Carne/pescado/aves (Pescado entero, lomos de pescado, filetes de pescado, muslos de pollo, pechuga de pollo, carne picada, bistecs, chuletas, hamburguesas, salchichas)	0,2-0,8 kg (100 g) Plato cacerola	x1	• Colocar la comida en una fuente en el centro del Flan dish plato giratorio. • Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta la comida, recolocar y separar. Proteger las partes más finas y puntos calientes con papel de aluminio. • Tras la descongelación, envolver en papel de aluminio durante 15-45 min. hasta quedar totalmente descongelada. • Carne picada: Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta a la comida. Retirar las partes descongelada si es posible. i No apropiado para aves enteras.
Pan AUTO	0,1-1,0 kg (100 g) Plato cacerola	x2	• Distribuir en una fuente y colocar en el centro del plato giratorio. Para 1,0 kg distribuir directamente en el plato giratorio. • Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta, recolocar y retirar las rebanadas descongeladas. • Tras la descongelación, cubrir con papel de aluminio durante 5-15 min. hasta quedar totalmente descongelado.

i Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.

i
- Introducir sólo el peso del alimento. No incluir el peso del envase.
- Tratándose de productos que pesen más o menos que los pesos/cantidades que se indican en la tablas, usar los programas manuales.
- La temperatura final variará dependiendo de la temperatura de partida. Comprobar que el alimento está muy caliente después de la cocción.
- Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente e tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30.
- Es posible que se active el ventilador de refrigeración tras utilizar los modos de Micro combinado.

i Descongelación automática
- Los bistec y chuletas deben congelarse en una sola capa.
- La carne picado se debe congelar en pequeñas porciones.
- Después de voltearlas, proteja las partes descongeladas con trozos pequeños y laminas de papel de aluminio.
- El pollo debe cocinarse inmediatamente después de la descongelación.

RECETAS PARA COCCIÓN AUTOMÁTICA

Filete de pescado con salsa picante			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomates en conserva (escurrir)
40 g	80 g	120 g	caiz
4 g	8 g	12 g	de salsa picante
12 g	24 g	36 g	cebolla (bien picado)
1 Cdta.	1-2 Cdta.	2-3 Cdta.	vinagre de vino tinto
			mostaza, tomillo, pimientade cayenas
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal

1. Mezclar los ingredientes para la salsa.
2. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
3. Esparcir la salsa preparada sobre el filete de pescado.
4. Cubrir con de plástico para microondas y cocer COCCIÓN AUTOMÁTICA, “Filete de Pescado con salsa”.
5. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

Filete de pescado con salsa curry			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal
40 g	80 g	120 g	banana (en rodajas)
160 g	320 g	480 g	salsa curry (confeccionado)

1. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
2. Esparcir banana y la salsa confeccionada sobre el filete de pescado.
3. Cubrir con de plástico para microondas y cocer en COCCIÓN AUTOMÁTICA, “Filete de Pescado con salsa”.
4. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

NIVEL DE POTENCIA REDUCIDA

⚠ **¡Importante!**
Si cocina los alimentos durante más tiempo del normal a solo 800 W, la potencia del horno disminuirá automáticamente para evitar un sobrecalentamiento. (El nivel de potencia de microondas se reducirá a 560 W.) Tras una pausa de 90 segundos, puede volver a seleccionarse el nivel alto de potencia (800 W).

Modo de cocción	Tiempo normal	Potencia reducida
800 W de microondas	20 minutos	560 W de microondas

TABLAS DE COCCIÓN

Abreviaturas empleadas				
CuSop = cucharada sopera	Tz = taza	g = gramo	ml = millilitro	min = minutos
Cdta. = cucharadita	kg = kilogramo	l = litro	cm = centimetro	

Calentamiento de bebidas y alimentos

Alimento/Bebida	Cantidad -g/ml-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento
Leche, 1 taza	150	800 W	un. 1	sin tapar
Agua, 1 taza	150	800 W	1-2	sin tapar
6 tazas	900	800 W	10-12	sin tapar
1 tazón	1000	800 W	11-13	sin tapar
Platos únicos (verduras, carnes y guarniciones)	400	800 W	3-6	agregar un poco de agua a la salsa, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
Guisados/sopa	200	800 W	1-2	tapar, remover después de calentar
Verduras	200	800 W	2-3	si es necesario, añadir algo de agua, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
	500	800 W	4-5	
Carne, 1 tajada*	200	800 W	3-4	esparcir un poco de salsa por encima, tapar
Filete de pescado*	200	800 W	2-3	tapar
Tarta, 1 porción	150	400 W	½	colocar en un molde de tarta
Comido para bebés, 1 tarro	190	400 W	un. 1	pasar a un recipiente apto para microondas; después de calentar, remover bien y probar la temperatura
Derretir margarina o mantequilla*	50	800 W	½	tapar
Chocolate fundido	100	400 W	2-3	remover de vez en cuando

* temperatura refrigerada

Descongelación

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Goulash	500	240 W	8-12	remover transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	10-15
Tarta, 1 porción	150	80 W	2-5	colocar en un molde de tarta	5
Fruta: p.ej. cerezas, fresas, frambuesas, ciruelas	250	240 W	4-5	esparcirlas uniformemente, dar la vuelta transcurri da la mitad del tiempo de descongelación	5

Los tiempos indicados en esta tabla representan valores orientativos que pueden variar de acuerdo con la temperatura de congelación, la naturaleza del alimento y su peso.

Descongelación y cocción

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Filete de pescado	300	800 W	10-12	cubrir	2
Comida preparada	400	800 W	9-11	cubrir, remover transcurridos 6 minutos	2

Cocción de caren y pescado

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Asados (cerdo, ternera, cordero)	1000	800 W 400 W	19-21* 11-14	condimiento a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta	10
	1500	800 W 400 W	33-36* 13-17	transcurrida la mitad del tiempo de cocción*	10
Rosbif (medio)	1000	800 W 400 W	9-11* 5-7	Condimentar a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta transcurrida la mitad del tiemp de cocción*	10
Filete de pescado	200	800 W	3-4	sazonar al gusto, colocar en una fuente, cubrir	3

RECETAS

Todas las recetas contenidas en el presente libro se entienden - si no se indica lo contrario - para 4 porciones.

Adaptacion de recetas convecionales para el microondas

Si Vd. quiere modificar recetas probadas para adaptarlas al microondas, entonces debe observar lo siguiente: Reduzca los tiempos de cocción en un tercio hasta la mitad. Oriéntese por las recetas indicadas en el presente libro. Alimentos con altos contenidos de líquido, como carne, pescado, aves, verduras, frutas, guisados/ estofados y sopas, se pueden preparar sin problema alguno en el horno de microondas. En el caso de alimentos con bajo contenido de líquido, como platos ya preparados, se debe mojar la superficie antes de calentar o cocerlos. La adición de líquido a alimentos crudos a brasear se debe reducir aproximadamente a dos tercios de la cantidad de la receta original. Si es necesario se puede agregar líquido durante la cocción. La adición de materia grasa se puede reducir notablemente. Una pequeña cantidad de mantequilla, margarina o aceite es suficiente para darles sabor a los platos. Por lo tanto, el horno de microondas es excelente para preparar alimentos con poco contenido de grasa dentro de un plan dietético.

Sopa de champiñones

Utensilios: Fuenta con tapa (volumen 2 l)

200 g	de champiñones, en rodajas
50 g	cebolla, bien picada
300 ml	de caldo de carne
300 ml	de nata
25 g	de harina
25 g	de mantequilla o margarina
	sal, pimienta
1	yema de huevo
150 ml	crème fraîche

1. Poner la verdura con el caldo en la fuente, taparla y cocer.
   8-9 min. 800 W
2. Preparar un puré con todos los ingredientes en la batidora.
3. Mezclar la harina y la mantequilla formando una pasta y mezclar con la sopa. Sazonar con sal y pimienta, tapar y cocinar. Remover una vez cocinada.
   4-6 min. 800 W
4. Mezclar bien la yema con la crème fraîche y agregar revolviendo paulatinamente a la sopa. Calentar otra vez la sopa un poco, pero sin que hierva!
   1-2 min. 800 W
   Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.

Plato de verduras

Utensilios: Fuenta con tapa (volumen 2 l)

5 CuSop	de aceite de oliva
1	de ajo, machacado
50 g	cebolla, en rodajas
250 g	de berenjena en dados
200 g	de calabacín en dados
200 g	de pimiento en trozos grandes
75 g	de hinojo en trozos grandes
1	Bouquet garni
200 g	lata de cogollos de alcachofa
	sal, pimienta

1. Poner el aceite de oliva y el diente de ajo en la fuente. Agregar la verdura ya preparada, con excepción de las alcachofas, y condimentar con pimienta. Añadir el 'bouquet garni', tapar y cocer. Remover en ciertos intervalos.
   19-21 min. 800 W
   5 minutos antes de terminar la cocción agregar las alcachofas y calentar bien.
2. Condimentar el plato de verduras con sal y pimienta. Sacar el bouquet garni antes de servir. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

Filetes de lenguado

Utensilios: Fuente ovalada poco profunda con film adherente apto para microondas (aprox. 26 cm de alargo)

400 g	de filetes de lenguado
1	limón entero
150 g	tomates
10 g	de mantequilla o margarina para untar el molde
1 CuSop	de aceite vegetal
1 CuSop	de perejil, picado
	sal, pimienta
4 CuSop	de vino blanco
20 g	de mantequilla

1. Lavar y secar cuidadosamente los filetes de lenguado. Quitar las espinas.
2. Cortar el limón y los tomates en rodajas finas.
3. Engrasar la fuente con mantequilla. Colocar los filetes de pescado en la fuente y rociarlos con aceite vegetal.
4. Espolvorear perejil sobre el pescado, colocar las rodajas de tomate por encima y sazonar. Colocar las rodajas de limón sobre los tomates y verter el vino blanco por encima.
5. Poner pequeñas porciones de mantequilla sobre el limón, cubrir y cocinar.
   16-19 min. 800 W
   Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

Jamón relleno

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente ovalada para gratinar (aprox. 26 cm de largo)

125 g	de hojas de espinaca picadas
125 g	de requesón, 20 % de mat. grasa
40 g	de queso Emmental
	pimienta molida, pimentón
6 lonchas	de jamón cocido (300 g)
125 ml	de agua
125 ml	de nata
20 g	de harina
20 g	mantequilla o margarina
10 g	de mantequilla o margarina para untar el molde

1. Mezclar las espinacas con el queso fresco y el fromage frais, sazonar al gusto.
2. Poner una cucharada del relleno sobre cada loncha de jamón cocido y enrollar. Atravesar el jamón con un pincho de madera.
3. Hacer una salsa bechamel. Para ello, echar el agua y la nata en un recipiente y calentar.
   3-4 min. 800 W
   Mezclar la harina y la mantequilla para hacer una salsa, añadir al líquido y batir hasta disolver. Tapar y cocinar hasta que espese.
   1 min. 800 W
   Remover y probar.
4. Colocar la salsa en el recipiente engrasado, poner los rollitos de jamón rellenos sobre la salsa y cocinar con la tapadera.
   3-4 min. 800 W
   Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.

Lonchas de Ternera a la Zürich

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

600 g	de filet de ternera
10 g	de mantequilla o margarina
50 g	cebolla, bien picada
100 ml	de vino blacno
	espesante para salsas para aprox. ½ l de salsa
300 ml	de nata
1 CuSop	de perejil, picado

1. Cortar la ternera en tiras.
2. Engrasar el recipiente con la mantequilla. Poner la carne y la cebolla en el recipiente, tapar y cocinar. Remover una vez durante la cocción.
   7-10 min. 800 W
3. Añadir el vino blanco, el espesante para salsas y la nata, remover, tapar y seguir cocinando. Remover de vez en cuando.
   4-5 min. 800 W
4. Remover la mezcla después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox. Adornar con perejil.

Lasaña al Horno

Utensilios:	Fuente con tapa (volumen 2 l) Fuente cuadradapoco profunda con tapadera (aprox. 20 x 20 x 6 cm)
300 g	de tomates de lata
50 g	de jamón picado
50 g	cebolla, bien picada
1	diente de ajo, machacado
250 g	de carne ternera de vaca
2 CuSop	de pulpa de tomate
	sal, pimienta
150 ml	crème fraîche
100 ml	de leche
50 g	de queso Parmesano rallado
1 Cdta.	de hierbas mixtas picadas
1 Cdta.	de aceite de oliva nuez moscada
1 Cdta.	de aceite vegetal para engrasar la fuente
125 g	de lasaña verde
1 CuSop	de queso parmesano rallado

1. Picar los tomates, mezclar con el jamón y la cebolla, el ajo, la ternera picada y el puré de tomate. Sazonar, tapar y cocinar.
   7-9 min. 800 W
2. Mezclar la crème fraîche con la leche, el queso Parmesano, las hierbas, el aceite y las especias.
3. Engrasar la fuente y cubrir el fondo con 1/3 de la pasta aproximadamente. Poner la mitad de la mezcla de carne picada sobre la pasta y verter por encima parte de la salsa. Repetir y terminar con la pasta restante. Cubrir la pasta con salsa y espolvorear con queso Parmesano. Cocinar con la tapadera puesta.
   15-17 min. 560 W
   Después de cocinar, dejar reposar durante 5- 10 min. aprox.

Jalea de bayas con salsa de vainilla

Utensilios:	Fuente con tapa (volumen 2 l) Fuente con tapa (volumen 1 l)
150 g	de grosellas, limpias y sin tallo
150 g	de fresas, lavadas y sin tallo
150 g	de frambuesas, lavadas y sin tallo
250 ml	de vino blanco
100 g	de azúcar
50 ml	de zumo de limón
8	hojas de gelatina
300 ml	de leche
½	palo de vainilla
30 g	de azúcar
15 g	de harina de maíz

1. Lavar las frutas, quitar los tallos y secarlas cuidadosamente. Retener algunas frutas para usarlas de guarnición. Hacer un puré con las frutas restantes junto con el vino blanco; poner el puré en la fuente, tapar y calentar.
   7-9 min. 800 W
2. Añadir removiendo el azúcar y el zumo de limón.
3. Sumergir la gelatina en agua fría durante 10 min. aprox. y, después, sacarla y escurrirla. Añadir la gelatina al puré caliente removiendo hasta que se disuelva. Colocar en el frigorífico y dejar que cuaje.
4. Para hacer la salsa de vainilla: poner la leche en el otro recipiente. Abrir el palo de vainilla y extraer el interior; añadirlo a la leche, junto con el azúcar y la harina de maíz, y remover. Tapar y cocinar removiendo durante la cocción y de nuevo al final.
   3-4 min. 800 W
5. Pasar a un plato y decorar con la fruta restante. Verter la salsa de vainilla sobre la gelatina.

LIMPIEZA & MATENIMIENTO

¡PRECAUCIÓN! NO UTILICE PRODUCTOS COMERCIALES PARA LA LIMPIEZA DE HORNOS, APARATOS DE LIMPIEZA A VAPOR, PRODUCTOS ABRASIVOS, PRODUCTOS FUERTES, NINGÚN PRODUCTO QUE CONTENGA HIDRÓXIDO DE SODIO NI ESTROPAJOS PARA LIMPIAR NINGUNA PARTE DEL HORNO.

LIMPIE EL HORNO EN LOS INTERVALOS REGULARES Y QUITE CUALQUIER DEPÓSITO DEL ALIMENTO. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Exterior del horno

El exterior de su horno puede limpiarse fácilmente con jabón suave y agua. No se olvide de eliminar el jabón con un paño y de secar el exterior del horno con una toalla suave.

Panel de control

Antes de limpiar el panel, abra la puerta para desactivar las teclas del panel de control. Tenga cuidado al limpiar el panel de control. Utilizando un paño humedecido solamente en agua, páselo suavemente por el panel hasta que éste quede limpio. No utilice mucha agua. No emplee ningún producto de limpieza químico o abrasivo.

Interior del horno

1. Para limpiar el horno, quite las partes de comida derramada y las salpicaduras con un paño humedecido o con una esponja, después de usarlo y mientras está todavía caliente. Para limpiar las salpicaduras o manchas más grandes, utilice jabón suave y quítelas frotando varias veces con un paño humedecido hasta que desaparezcan por completo. No desmontar la tapa del conducto guía onadas.
2. Tenga cuidado de que el jabón o el agua no se introduzca por los

pequeños orificios de las paredes porque el horno podría sufrir daños.
3. No utilice productos pulverizadores de limpieza en el interior del horno.

Plato giratorio y soporte del rodillo

Retire primero el plato giratorio y el soporte del rodillo del horno. Lave después tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo en agua jabonosa y séquelos con un paño seco. Tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo pueden lavarse también en un lavaplatos.

Puerta

Para retirar cualquier suciedad, limpiar a menudo con un paño húmedo la puerta por ambos lados, la junta de la puerta, y las superficies de contacto. No utilice productos de limpieza agresivos ni abrasivos o rascadores metálicos para limpiar la puerta de cristal del horno, ya que puede rayar la superficie y esto puede provocar la rotura del cristal.

⚠ **¡Importante!** No deben utilizarse aparatos de limpieza a vapor.

¿QUÉ HACER SI

Síntoma	Comprobaciones/consejos
El aparato microondas no funciona correctamente?	• Funcionen los fusibles de la caja de fusibles. • No haya habido algún corte de energía. • Si se siguen fundiendo los fusibles, póngase en contacto con un electricista homologado.
El modo microondas no funciona?	• La puerta esté bien cerrada. • El cierre hermético de la puerta y sus superficies estén limpios. • Se haya pulsado el botón START/+30.
El plato giratorio no gira?	• El soporte del plato giratorio esté correctamente enganchado al mecanismo impulsor. • El recipiente colocado en el interior no sobresalga del plato giratorio. • Los alimentos no sobresalgan del borde del plato giratorio impidiendo que gire. • No haya ningún objeto en el hueco bajo el plato giratorio.
El microondas no se apaga?	• Aísle el aparato de la caja de fusibles. • Póngase en contacto con un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
La iluminación interior no funciona?	• Llame a un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX. La bombilla interior solo puede ser sustituida por un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
Los alimentos tardan más de lo normal en calentarse por completo y cocinarse?	• Aumente el tiempo de cocción (a cantidad doble, casi el doble de tiempo) o • Si los alimentos están más fríos que de costumbre, gírelos o deles la vuelta de vez en cuando o • Aumente el nivel de potencia.

ESPECIFICACIONES

Tensión de CA		230 V, 50 Hz, monofásico
Fusible/disyuntor de fase		10 A como mínimo
Requisitos potencia de CA:	Microondas	1,2 kW
Potencia de salida:	Microondas	800 W (IEC 60705)
Frecuencia microondas		2450 MHz * (Grupo 2/Clase B)
Dimensiones exteriores:	EMS17006O	594 mm (An.) x 371 mm (Al.) x 316 mm (P)
Dimensiones interiores		285 mm (An.) x 202 mm (Al.) x 298 mm (P) **
Capacidad del horno		17 litros **
Plato giratorio		ø 272 mm, vidrio
Peso		aprox. 16 kg
Lámpara del horno		25 W/240 - 250 V

* Este Producto cumple el requisito de la norma europea EN55011.
De acuerdo con dicha norma, este producto está clasificado como equipamiento del grupo 2, clase B.
El grupo 2 significa que el equipamiento genera intencionadamente energía por radiofrecuencia en forma de radiación electromagnética para el tratamiento por calentamiento de alimentos.
La clase B significa que el equipamiento resulta adecuado para su uso en establecimientos domésticos.

** La capacidad interna calculada mejorando el largo, la profundidad y la altura máxima.
La capacidad efectiva de los recipientes para los alimentos es menor.

CE

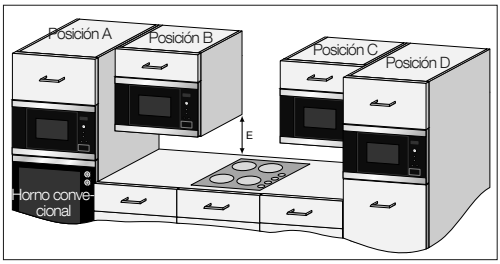
Este horno cumple con las exigencias de las directivas 2004/108/EC, 2006/95/EC y 2005/32/EC.

LAS CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS PUEDEN CAMBIAR SIN PREVIO AVISO AL IR INTRODUCIÉNDOSE MEJORAS EN EL APARATO.

INSTALACIÓN

La microonda se puede ubicar en las posiciones A, B, C o D:

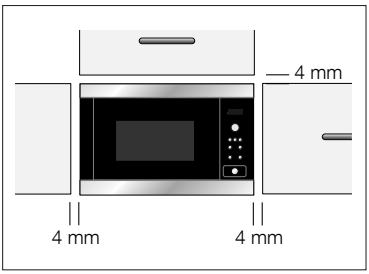
Posición	Tamaño delhabitáculo An. P Al.
A	560 x 550 x 360
B+C	560 x 300 x 350 560 x 300 x 360
D	560 x 500 x 350 560 x 500 x 360



Medidas expresadas en (mm)

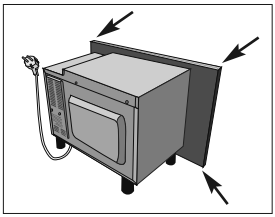
INSTALACIÓN DEL APARATO

1. Retire todo el embalaje y compruebe con cuidado si hay alguna señal de desperfectos.
2. Este horno está diseñado para instalarlo normalmente en un armario de 360 mm de altura. Si desea instalarlo en un armario de 350 mm de altura:-
   Desatornille y extraiga las 4 patas de la parte inferior del horno. Hay 3 patas altas y 1 baja. Sustituya las 3 patas altas por las que se proporcionan en el paquete de accesorios. No sustituya la tapa baja.
3. Instale el aparato en el armario de la cocina, lentamente y sin ejercer presión, hasta que el marco frontal del horno quede encajado en la apertura frontal del armario.
4. Cerciórese de que el aparato esté estable y no se incline. Cerciórese de que haya un hueco de 4 mm entre la puerta del armario superior y la parte de arriba del marco (consulte el diagrama).



Opción de fijación no 1:

Fije el horno en su posición con los tornillos que se suministran. Los puntos de sujeción se encuentran en las esquinas superiores e inferiores del horno.



Opción de fijación no 2:

Consulte la hoja de plantilla que se suministra con el horno.

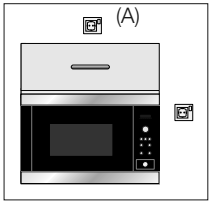
UTILIZACIÓN SEGURA DEL APARATO

Si desea instalar el horno en las posiciones B o C (consulte el diagrama en la página 55):

- El armario debe quedar a un mínimo de 500 mm (E) por encima de la encimera y no debe instalarse **directamente** sobre el quemador.
- Este aparato únicamente ha sido comprobado y aprobado para su utilización cerca de quemadores de gas, eléctricos y de inducción.
- Debe dejarse suficiente distancia entre el quemador y el microondas para evitar que se produzca un sobrecalentamiento del horno microondas, los accesorios y los armarios adyacentes.
- No encienda el quemador sin cazuelas mientras esté funcionando el horno microondas.
- Debe tenerse cuidado al prestar atención al horno mientras el quemador esté encendido.

CONEXIÓN DEL APARATO A LA ALIMENTACIÓN ELÉCTRICA

- **La salida eléctrica debería ser fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse fácilmente en caso de emergencia.**
  O bien, debe ser posible aislar el horno de la alimentación eléctrica incorporando un interruptor en el cableado fijo, con arreglo a las normas de cableado.
- **La toma no debería estar situada detrás del armario.**
- La mejor posición es encima del armario, véase (A).



- Conecte el aparato a una corriente alterna de 230 V/50 Hz. de fase única mediante una toma de tierra correctamente instalada. La toma debe estar provista de un fusible de 10 A.
- **El cable de suministro de energía sólo puede ser reemplazado por un electricista homologado.**
- Antes de la instalación, ate un trozo de cuerda en el cable de suministro de energía para facilitar la conexión en el punto (A) cuando se esté instalando el aparato.
- Al insertar el aparato en un armario de lados altos, NO aplaste el cable de suministro de energía.
- No sumerja el cable de suministro de energía en agua ni en ningún otro líquido.

CONEXIÓN ELÉCTRICA

⚠ **¡ADVERTENCIA!**
DEBE CONECTARSE ESTE APARATO A TIERRA
El fabricante rechaza responsabilidad alguna en caso de incumplimiento de esta medida de seguridad.

Si el enchufe instalado en su aparato no es adecuado para la toma de corriente de que dispone, debe llamar a su agente local autorizado de servicio de ELECTROLUX.

INFORMACIÓN MEDIOAMBIENTAL

Desechar los materiales de embalaje y los aparatos viejos de un modo responsable con el medio ambiente

MATERIAL DE EMBALAJE

Los hornos microondas ELECTROLUX vienen eficazmente embalados para protegerlos durante el transporte. Solo se utiliza el embalaje imprescindible.
Los materiales de embalaje (p. ej. papel metalizado o espuma de estireno) pueden suponer un riesgo para los niños.
Peligro de asfixia. Mantenga el material de embalaje fuera del alcance de los niños.

Todos los materiales de embalaje que se utilizan respetan el medio ambiente y pueden reciclarse. El cartón se fabrica con papel reciclado y las piezas de madera están sin tratar. Los elementos de plástico están señalados del modo siguiente:
«PE» polietileno, p.ej. cinta de embalaje
«PS» poliestireno, p.ej. embalaje (sin CFC)
«PP» polipropileno, p.ej. correas de embalaje
Al utilizar y reutilizar el embalaje, se ahorra materia prima y se reduce el volumen de desechos.
Debe llevar el embalaje al centro de reciclaje más cercano.
Póngase en contacto con su ayuntamiento para obtener información.

DESECHAR APARATOS VIEJOS

Antes de desechar aparatos viejos, debe cerciorarse de que quedan seguros quitando el enchufe, cortando y tirando el cable de alimentación.
A continuación, debe llevarse al centro de reciclaje más cercano. Consulte a su ayuntamiento o a su Oficina del Medio Ambiente para comprobar si en su localidad hay un servicio para reciclar el aparato.

El símbolo en el producto o en su empaque indica que este producto no se puede tratar como desperdicios normales del hogar. Este producto se debe entregar al punto de recolección de equipos eléctricos y electrónicos para reciclaje. Al asegurarse de que este producto se deseche correctamente, usted ayudará a evitar posibles consecuencias negativas para el ambiente y la salud pública, lo cual podría ocurrir si este producto no se manipula de forma adecuada. Para obtener información más detallada sobre el reciclaje de este producto, póngase en contacto con la administración de su ciudad, con su servicio de desechos del hogar o con la tienda donde compró el producto.

CUSTOMER CARE AND SOPORTE

En el manual del usuario y en www.electrolux.es hay información sobre cómo manejar los fallos de menor importancia y cómo cuidar de su producto.
El servicio y / o instalación de componentes eléctricos y / o conexiones de agua se deberá llevar a cabo por un técnico cualificado. Cuando contacte con el servicio técnico, asegúrese de que tiene la factura o recibo de compra y dispone de los siguientes datos de su electrodoméstico:

Modelo:.....

Número Serie:.....

Número de Producto (PNC):.....

Fecha de Compra:.....

Las coberturas y condiciones de la garantía, están disponibles en la tarjeta que se adjunta con el producto.

INHALT

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE 59
GERÄTEÜBERBLICK 64
BEDIENBLENDE 65
VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME 65
BEDIENUNG DES MIKROWELLENGERÄTS 67
PROGRAMMTABELLEN 73
REZEPTE 77
REINIGUNG & PFLEGE 80
WAS TUN, WENN 82
TECHNISCHE DATEN 82
AUFSTELLANWEISUNGEN 83
UMWELTINFORMATION 85
DEUSCHLAND - KUNDENDIENST 86
BELGIEN - KUNDENDIENST 86

WIR DENKEN AN SIE

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Gerät von Electrolux entschieden haben. Sie haben ein Produkt gewählt, hinter dem jahrzehntelange professionelle Erfahrung und Innovation stehen. Bei der Entwicklung dieses großartigen und eleganten Geräts haben wir an Sie gedacht. So haben Sie bei jedem Gebrauch die Gewissheit, dass Sie stets großartige Ergebnisse erzielen werden.

Willkommen bei Electrolux.

Besuchen Sie uns auf unserer Website, um:

Anwendungshinweise, Prospekte, Fehlerbehebungs- und Service-Informationen zu erhalten:
www.electrolux.com

Ihr erworbenes Produkt zu registrieren, um den besten Service dafür zu gewährleisten:
www.electrolux.com/productregistration

Zubehör, Verbrauchsmaterial und Original-Ersatzteile für Ihr Gerät zu erwerben:
www.electrolux.com/shop

REPARATUR- UND KUNDENDIENST

Bitte verwenden Sie ausschließlich Original-Ersatzteile für Ihre Produkte.
Halten Sie folgende Angaben bereit, wenn Sie sich an den Kundendienst wenden (diese Informationen finden Sie auf dem Typenschild): Modell, Produktnummer (PNC), Seriennummer.

Warnungs-/ Sicherheitshinweise

Allgemeine Informationen und Empfehlungen

Informationen zum Umweltschutz

Änderungen vorbehalten.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

⚠ WICHTIG FÜR IHRE SICHERHEIT: LESEN SIE DIE FOLGENDEN HINWEISE AUFMERKSAM DURCH, UND BEWAHREN SIE DIE BEDIENUNGSANLEITUNG AUF

Zur Vermeidung von Feuer

Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungsstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen. Die Steckdose muss ständig zugänglich sein, so dass der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann. Die Netzspannung muss 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 10 A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 10 A ausgestattet sein. Es wird empfohlen das Gerät an einen separaten Stromkreis anzuschließen. Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.

NIEMALS DIE TÜR ÖFFNEN, wenn im Gerät erwärmte Lebensmittel zu rauchen beginnen. Das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und warten, bis die Lebensmittel nicht mehr rauchen. Öffnen der Tür während der Rauchentwick-lung kann Feuer verursachen.

Nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Behälter und Geschirr verwenden.

Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff-, Papier- oder andere brennbare Lebensmittelbehälter verwendet werden.

Den Spritzschutz für den Hohlleiter, den Garraum, den Drehteller und den Drehteller-Träger nach der Verwendung des Gerätes reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.

Keine brennbaren Materialien in der Nähe des Gerätes oder den Lüftungsöffnungen lagern. Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren. Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen. Das Mikrowellengerät nicht zum Frittieren von Lebensmitteln in Öl oder Fett verwenden. Temperaturen können nicht kontrolliert werden und das Fett kann sich entzünden. Zum Herstellen von Popcorn sollte nur für Mikrowellengeräte vorgesehenes Poppcorngeschirr verwendet werden. Keine Lebensmittel oder andere Gegenstände im Gerät lagern. Die Einstellungen nach dem Starten des Gerätes überprüfen um sicherzustellen, dass das Gerät wie gewünscht arbeitet. Diese Bedienungsanleitung verwenden.

Zur Vermeidung von Verletzungen

⚠ WARNHINWEIS! Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie

vor dem Betrieb die folgenden Punkte:

a) Die Tür muss einwandfrei schließen und darf nicht schlecht ausgerichtet oder verzogen sein.

b) Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht gebrochen oder lose sein.

c) Die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen dürfen nicht beschädigt sein.

d) Im Garraum und an der Tür dürfen keine Dellen oder andere Beschädigungen vorhanden sein.

e) Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.

Nehmen Sie unter keinen Umständen Reparaturen oder Änderungen an Ihrem Mikrowellengerät selbst vor. Reparaturen, insbesondere solche, bei denen die Abdeckung des Geräts entfernt werden muss, dürfen ausschließlich von entsprechend qualifizierten Technikern vorgenommen werden.

Das Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverrieg-elung betreiben. Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände zwischen den Türdichtungen und den abdichtenden Oberflächen befinden.

Darauf achten, dass sich weder Fett noch Schmutz auf den Türdich-tungen bzw. den benachbarten Geräteteilen ansammeln. Befolgen Sie die Hinweise unter "Reinigung & Pflege". Wird das Gerät nicht saubergehalten, kann dies die Oberfläche beeinträchtigen und sich negativ auf die Lebensdauer des Geräts auswirken. Schlimmstenfalls kann die Sicherheit des Geräts beeinträchtigt werden.

Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.

Zur Vermeidung von elektrischem Stromschlag

Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden. Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherheitsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn größere Mengen Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den ELECTROLUX autorisierten Kundendienst anfordern. Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten

legen. Das Netzkabel darf nicht über heiße oder scharfe Oberflächen geführt werden, wie zum Beispiel über den heißen Lüftung-söffnungen an der oberen Rückwand des Gerätes.

Auf keinen Fall versuchen, die Garraumlampe selbst auszuwechseln, sondern nur von einem von ELECTROLUX autorisierten auswechseln lassen! Wenn die Garraumlampe ausfallen sollte, wenden Sie sich bitte an Ihren Elektrohändler oder eine von ELECTROLUX autorisierte Kundendienststelle!

Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch ein neues Spezialkabel ersetzt werden. Bitte das Auswechseln durch einen von ELECTROLUX autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden

⚠ WARNUNG! Speisen in flüssiger und anderer Form dürfen nicht in verschlossenen Gefäßen erhitzt werden, da sie explodieren könnten.

Niemals verschlossene Behälter verwenden. Verschlüsse und Abdeckungen entfernen. Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren. Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig sein. Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können.

Beim Erhitzen von Flüssigkeiten in Mikrowellen-geräten beim Entnehmen des Behälters vorsichtig sein, da es zu einem verspätetem Aufwallen durch Siedeverzug kommen kann.

Um Verbrennungen durch plötzliches Überkochen (Siedeverzug) zu vermeiden:

1. Die Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.
2. Es wird empfohlen, während des Erhitzens einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand in den Behälter zu stecken.
3. Nach dem Erhitzen die Flüssigkeit noch kurze Zeit im Gerät stehen lassen für mindestens 20 Sekunden, um verspätetes Aufwallen durch Siedeverzug zu verhindern.

Eier nicht in der Schale kochen. Hartgekochte Eier dürfen nicht in Mikrowellengeräten erwärmt werden, da sie selbst nach der Erwärmung explodieren können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb und Eiweiß anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.

Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit der Dampf entweichen kann.

Zur Vermeidung von Verbrennungen
Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen o.ä. verwendet werden. Behälter, Popcorngeschirr, Kochbeutel, usw. immer vom Gesicht und den Händen abgewandt öffnen, um Verbrennungen durch Dampf zu vermeiden.

Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Leben-smitteltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden.

Die Temperatur des Behälters ist kein echter Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur prüfen. Halten Sie beim Öffnen der Gerätetür ausreichenden Abstand, um Verbrennungen durch austretende Hitze oder Dampf zu vermeiden. Schneiden Sie gefüllte, gebackene Speisen nach dem Garen in Scheiben, um den Dampf entweichen zu lassen und Verbrennungen zu vermeiden.

Kinder vom Türglas fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden.

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

⚠ WARNUNG! Das Gerät und seine zugänglichen Teile werden im Betrieb heiß. Kontakt mit den Heizelementen sollte unbedingt vermieden werden. Kinder unter 8 Jahren dürfen sich nur unter ständiger Aufsicht in der Nähe des Gerät aufhalten.

Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit eingeschränkten körper-lichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten bzw. mit mangelnder Erfahrung verwendet werden, wenn sie unter Aufsicht stehen oder in die sichere Benutzung eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Kinder sind zu beaufsichtigen und sollten nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Benutzerwartung darf nicht von Kindern ausgeführt werden, es sei denn, sie sind über 8 Jahre alt und stehen dabei unter Aufsicht.

Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen. Das Mikrowellengerät ist kein Spielzeug! Kinder sollten mit allen wichtigen Sicherheitshinweisen vertraut gemacht werden: z.B. Verwendung von Topflappen und

vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbstbräunende Materialien), indem sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern. Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen und darf nur zum Garen von Lebensmitteln verwendet werden. Es eignet sich nicht für gewerbliche Zwecke oder den Gebrauch in einem Labor.

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Gerätes

Das Gerät niemals leer in Betrieb nehmen.
Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muss eine wärmefeste Isolierung (z.B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und des Drehteller-Trägers durch Wärme vermieden. Die angegebene Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.
Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führt. Keine Konserven in das Gerät stellen.
Nur den für dieses Gerät vorgesehenen Drehteller und den Drehteller-Träger verwenden.
Benutzen Sie das Mikrowellengerät nicht ohne den Drehteller.

Um das Zerspringen des Drehtellers zu vermeiden:

a) Vor dem Reinigen, den Drehteller abkühlen lassen.
b) Keine heißes Gargut oder heißes Geschirr auf den kalten Drehteller stellen.
c) Keine kalten Lebensmittel oder kaltes Geschirr auf den heißen Drehteller stellen.

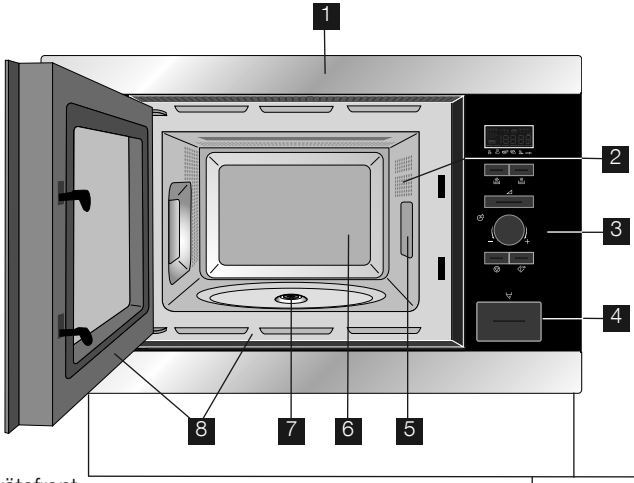
Wenn das Gerät arbeitet, keine Gegenstände auf das äußere Gehäuse stellen.

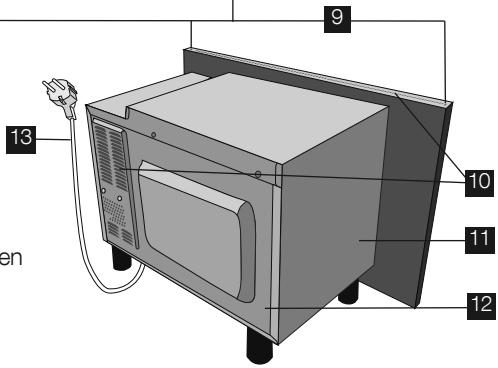
⚠ Hinweise!

Bei Fragen zum Anschluss des Gerätes wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrofachmann oder den autorisierten ELECTROLUX Kundendienst. Sowohl der Hersteller als auch der Händler können keine Verantwortung für Beschädigungen des Gerätes oder Verletzungen von Personen übernehmen, die als Folge eines falschen elektrischen Anschlusses entstehen. Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen bilden. Dies ist normal und ist kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.

GERÄTEÜBERBLICK

MIKROWELLENGERÄT & ZUBEHÖR

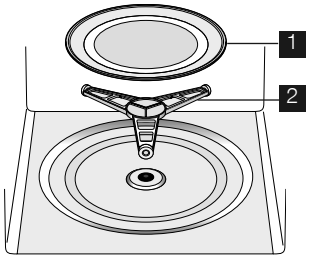




1 Gerätefront
2 Innenbeleuchtung
3 Bedienblende
4 Türöffnungs-Taste
5 Spritzschutz für den Hohlleiter
6 Garraum
7 Antrieb
8 Türdichtungen und Dichtungsoberlächen
9 Befestigungspunkte (4 Stellen)
10 Lüftungsöffnungen
11 Gehäuse
12 Geräterückseite
13 Netzkabel

Überprüfen Sie, dass folgende Zubehörteile mitgeliefert wurden:

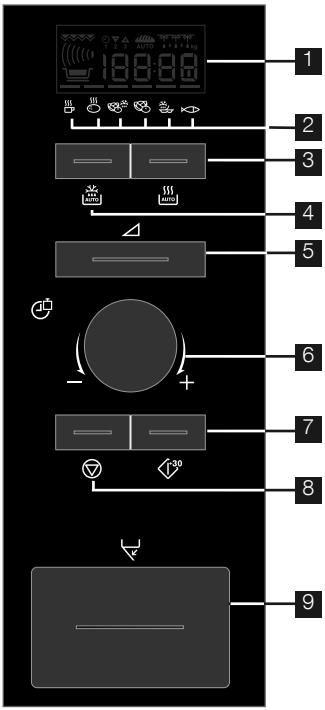
1 Drehteller
2 Drehteller-Träger
3 4 Befestigungsschrauben (nicht abgebildet)



- Den Drehteller-Träger in die Antriebswelle am Garraumboden einsetzen.
- Dann den Drehteller darauf legen.
- Um Schäden am Drehteller zu vermeiden, ist darauf zu achten, dass Geschirr und Behälter bei der Entnahme nicht den Rand des Drehtellers berühren.

Bei der Bestellung von Zubehör, teilen Sie Ihrem Händler oder dem ELECTROLUX autorisierten Kundendienst bitte folgende Angaben mit: Name des Zubehörteils und Bezeichnung des Modells.

BEDIENBLENDE



1 ANZEIGEFELD Symbole

- Mikrowellen
- Einstellen
- 1 2 3 Garphasen
- Plus/Minus
- Auftauautomatik Brot
- Auftauautomatik
- kg Menge

2 GARAUTOMATIK-Symbole
3 GARAUTOMATIK-Taste
4 AUFTAUAUTOMATIK-Taste
5 LEISTUNGSSTUFEN-Taste
6 ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopf
7 START/+30-Taste
8 STOP-Taste
9 TÜRÖFFNUNGS-Taste

VOR DER ERSTEN INBETRIEBNAHME

BETRIEBSART ‘ECON’ (ENERGIESPAREND)

Das Mikrowellengerät ist auf die energiesparende Betriebsart ‘Econ' eingestellt.

1. Schließen Sie den Netzstecker an.
2. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’.
3. Das Display zählt herunter von 3:00 auf Null.
4. Bei Erreichen von Null wechselt das Gerät zur Betriebsart ‘Econ’ über und die Anzeige auf dem Display verschwindet.

- Zum Deaktivieren der Betriebsart ‘Econ’ stellen Sie die Uhr ein.

TAGESZEIT EINSTELLEN

Die Uhrzeit des Mikrowellenofens kann im 12- oder 24-Stunden-Format eingestellt werden.
Beispiel: Einstellen der Uhrzeit auf 11:30 Uhr (im 12-Stunden-Format).

1. Öffnen Sie die Tür.
2. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’.
3. Drücken Sie die Taste START/+30 und halten Sie diese für 5 Sekunden gedrückt. Es ertönt ein akustisches Signal. Auf dem Display erscheint: 12H
4. Stellen Sie die Stunde ein. Drehen Sie dazu den Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT.
5. Drücken Sie die Taste START/+30 einmal und drehen Sie den Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT zum Einstellen der Minuten.
6. Drücken Sie die Taste START/+30.
7. Prüfen Sie das Display: 11:30
8. Schließen Sie die Tür.

- Der Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT lässt sich im Uhrzeigersinn und gegen den Uhrzeigersinn drehen.
- Durch Drücken der STOP-Taste wird das Einstellen der Uhrzeit abgebrochen. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’

Beispiel: Einstellen der Stunden auf 23:30 Uhr (24-Stunden-Uhr).
1. Öffnen Sie die Tür.
2. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’.
3. Drücken Sie die Taste START/+30 und halten Sie diese für 5 Sekunden gedrückt. Es ertönt ein akustisches Signal. Auf dem Display erscheint:
4. Drücken Sie die START/+30-Taste. Auf dem Display erscheint:
5. Stellen Sie die Stunde ein. Drehen Sie dazu den Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT.
6. Drücken Sie die Taste START/+30 einmal und drehen Sie den Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT zum Einstellen der Minuten.
7. Drücken Sie die Taste START/+30.
8. Prüfen Sie das Display:
9. Schließen Sie die Tür.

- Der Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT lässt sich im Uhrzeigersinn und gegen den Uhrzeigersinn drehen.
- Durch Drücken der STOP-Taste wird das Einstellen der Uhrzeit abgebrochen. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’.

ÄNDERUNG DER UHRZEIT BEI EINGESTELLTER UHR

Beispiel: Einstellen der Stunden auf 11:45 Uhr.
1. Öffnen Sie die Tür.
2. Drücken und halten Sie 5 Sekunden lang die START/+30-Taste. Es ertönt ein akustisches Signal. Auf dem Display erscheint:

   (Zum Einstellen des 24-Stunden-Formats drücken Sie die Taste START/+30 noch einmal.)
3. Stellen Sie die Stunde ein. Drehen Sie dazu den Schalter ZEITSCHALTUHR/GEWICHT.
4. Drücken Sie einmal die START/+30-Taste und drehen Sie dann den ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopf, um die Minuten einzustellen.
5. Drücken Sie die Taste START/+30.
6. Anzeige prüfen:

UM DIE UHR ZU STORNIEREN UND SETZEN ECON-MODUS

1. Öffnen Sie die Tür.
2. Drücken Sie die Taste START/+30 und halten Sie diese für 5 Sekunden gedrückt. Es ertönt ein akustisches Signal. Auf dem Display erscheint:

   (Zum Einstellen des 24-Stunden-Formats drücken Sie die Taste START/+30 noch einmal.)
3. Drücken Sie die STOP-Taste.
4. Auf dem Display erscheint: ‘Econ’.
5. Schließen Sie die Tür.
6. Das Display zählt herunter von 3:00 auf Null.
7. Bei Erreichen von Null wechselt das Gerät zur Betriebsart ‘Econ’ über und die Anzeige auf dem Display verschwindet.

BENUTZUNG DER STOP-TASTE

Benutzung der STOP-Taste:
1. Löschen eines Eingabefehlers beim Programmieren.
2. Vorübergehendes Unterbrechen des laufenden Betriebes.
3. Löschen eines Programms während des laufenden Betriebes durch zweimaliges Drücken.

KINDERSICHERUNG

Das Mikrowellengerät bietet eine Sicherheitssperre, um zu verhindern, dass Kinder das Gerät versehentlich einschalten. Bei eingestellter Sperre ist das Gerät so lange funktionsuntüchtig, bis die Sperre wieder aufgehoben wird.

Beispiel: So aktivieren Sie die Kindersperre.
1. Drücken Sie die STOP-Taste und halten Sie 5 Sekunden lang heruntergedrückt.

Es ertönt ein akustisches Signal und auf dem Display erscheint, ‘LOC’:

- Zum Aufheben der Kindersicherung die STOP-Taste 5 Sekunden lang gedrückt halten. Es ertönen zwei akustische Signale und auf dem Display wird die aktuelle Uhrzeit angezeigt.
- Die Kindersicherung kann nur bei eingestellter Uhr aktiviert werden.

BEDIENUNG DES MIKROWELLENGERÄTS

HINWEIS FÜR DAS KOCHEN MIT MIKROWELLEN

Um Speisen in einem Mikrowellenherd zu kochen/aufzutauen, muss die Mikrowellenenergie den Behälter durchdringen können, um in die Speisen einzudringen. Es ist daher wichtig geeignetes Kochgeschirr zu wählen.
Runde/ovale Schüsseln sind besser geeignet als quadratische oder rechteckige, da die Speisen in den Ecken leicht überkocht werden.
Es ist wichtig, die Speisen gelegentlich zu wenden, umzuarrangieren oder umzurühren, um eine gleichmäßige Erwärmung zu gewährleisten.
Die Standzeit nach dem Kochen ist erforderlich, damit die Hitze sich gleichmäßig in den Speisen verteilen kann.

Charakteristiken der Nahrungamittel	
Zusammen-setzung	Nahrungsmittel mit hohem Fett-oder Zuckergehalt (z. B. Plumpudding, gefülltes Gebäck) benötigen eine geringere Zeit zum Erwärmen. Hier sollte Sorgfalt walten, da ein Überhitzen Feuer verursachen kann.
Dichte	Die Dichte der Nahrungsmittel beeinflusst die Zeit, die zum Kochen benötigt wird. Leichte, poröse Nahrungsmittel, wie Kuchen oder Brot, sind schneller gar als schwere, dichte Nahrungsmittel, wie Braten oder Eintöpfe.
Menge	Mit zunehmender Menge an Nahrungsmitteln, die in den Mikrowellenherd gestellt werden, muss auch die Kochzeit erhöht werden, z. B. vier Kartoffeln brauchen länger zum Kochen als zwei.
Größe	Kleine Nahrungsmittel und kleine Stücke werden schneller gekocht als größe, da die Mikrowellen von allen Seiten in die Mitte eindringen können. Damit alle Stücke gleichmäßig gekocht werden, schneiden Sie sie alle gleichgroß.
Form	Nahrungsmittel mit unregelmäßiger Form, wie Hühnerbrust oder Hähnchenkeule, brauchen länger, bis die dickeren Teile gegart sind. Runde Formen sind beim Kochen im Mikrowellenherd schneller gekocht als quadratische.
Temperatur	Die Ausgangstemperatur der Nahrungsmittel beeinträchtigt die für sie erforderliche Kochzeit. Gekühlte Nahrungsmittel brauchen länger zum Kochen als Nahrungsmittel mit Zimmertemperatur. Schneiden Sie gefüllte Nahrungsmittel, wie einen Berliner, ein, um Wärme oder Dampf entweichen zu lassen.

Kochtechniken	
Anordnen	Legen Sie die Nahrungsmittel mit dem dicksten Teil nach außen in die Schüssel. z.B. Hähnchenkeule.
Abdecken	Benutzen Sie Mikrowellen-Folie oder einen geeigneten Deckel.
Einstechen	Nahrungsmittel mit Schale, Haut oder Membran müssen vor dem Kochen oder Aufwärmen an mehreren Stellen eingestochen werden, da sich sonst Dampf entwickeln würde, der das Nahrungsmittel zum explodieren bringen könnte. z. B. Kartoffeln, Fisch, Hühnchen, Würstchen. ⚠ **Wichtig!** Eier sollten nicht mit Mikrowellenenergie gekocht werden, da sie explodieren können, und dies sogar, nachdem der Kochvorgang abgeschlossen ist; z. B. pochieren, hartkochen.
Umrühren, umdrehen & umarrangieren	Für gleichmäßiges Kochen ist es wichtig, dass die Nahrungsmittel während des Kochens umgerührt, umgedreht und umarrangiert werden. Immer von außen zur Mitte hin umrühren und umarrangieren.
Standzeit	Die Standzeit nach dem Kochen ist erforderlich, damit die Hitze sich gleichmäßig den Nahrungsmitteln verteilen kann.
Abdecken	Beim Auftauen von Nahrungsmitteln können bestimmte Teile davon erwärmt werden. Warme Bereiche können durch kleine Stücke Alufolie, welche die Mikrowellen reflektieren, abgedeckt und geschützt werden; z. B. Hühnerflügel und –beine.

MIKROWELLENSICHERES KOCHGESCHIRR

Kochgeschirr	Mikrowell-ensicher	Kommentare
Alufolie/Behälter aus Alufolie	✔/✘	Ein kleines Stück Alufolie kann dazu benutzt werden, die Nahrungsmittel vor dem Überhitzen zu schützen. Halten Sie die Folie mindestens 2 cm von den Herdwänden entfernt, da sonst Lichtbögen auftreten können. Behälter aus Alufolie sind nicht zu empfehlen, es sei denn sie sind vom Hersteller hierfür vorgesehen, befolgen Sie die Anweisungen sorgfältig.
Anbratschüsseln	✔	Befolgen Sie immer die Anweisungen des Herstellers. Überschreiten Sie nicht die angegebenen Kochzeiten. Nehmen Sie sich in Acht, da diese Schüsseln sehr heiß werden können.
Porzellan & Keramik	✔/✘	Porzellan, Keramik, glasiertes Tongeschirr und feines Porzellan sind in der Regel geeignet, außer wenn es mit metallischem Dekor verziert ist.
Glaswaren, z. B. Pyrex ®	✔	Bei der Benutzung von Glaswaren sollte Vorsicht walten, da diese durch plötzliche Erhitzung zerbrechen oder springen können.
Metall	✘	Kochgeschirre aus Metall sind bei der Benutzung von Mikrowellenenergie nicht geeignet da es zur Bildung von Lichtbögen kommen kann, die einen Brand auslösen können.
Kunststoff/ Styropor, z. B. Fastfood-Behälter	✔	Hierbei ist Vorsicht angesagt, da manche Behälter sich bei hohen Temperaturen verbiegen, schmelzen oder verfärben.
Frischhaltefolie	✔	Sollte die Nahrungsmittel nicht berühren und muss eingestochen werden, damit der Dampf entweichen kann.
Gefrier-/Bratbeutel	✔	Müssen eingestochen werden, damit der Dampf entweichen kann. Stellen Sie sicher, dass die Beutel für die Benutzung in der Mikrowelle geeignet sind. Benutzen Sie keine Verschlüsse aus Kunststoff oder Metall, da diese schmelzen oder aufgrund der Bildung von Lichtbögen Feuer fangen können.
Papierteller undtassen und Küchenpapier	✔	Nur zum Erwärmen oder zum Absorbieren von Feuchtigkeit benutzen. Hier sollte Sorgfalt walten, da ein Überhitzen Feuer verursachen kann.
Stroh- und Holzbehälter	✔	Behalten Sie den Herd ständig im Auge, da ein Überhitzen dieser Materialien Feuer verursachen kann.
Recyceltes Papier und Zeitungen	✘	Können u. U. Metallrückstände enthalten, die Lichtbögen verursachen und einen Brand auslösen können.

GAREN MIT MIKROWELLEN

Ihr Gerät lässt sich bis zu 90 Minuten programmieren. Die Garzeit kann in Einheiten von 15 Sekunden bis fünf Minuten eingegeben werden. Sie hängt von der in der Tabelle angegebenen Gesamtlänge der Garzeit ab.

Garzeit	Zeiteinheiten
0-5 minuten	15 sekunden
5-10 minuten	30 sekunden
10-30 minuten	1 minuten
30-90 minuten	5 minuten

MANUELLES AUFTAUEN

Zum manuellen Auftauen (ohne die automatische Auftaufunktion) wählen Sie 240 W. Bei Auswahl dieser Leistungsstufe erscheint das Auftausymbol auf dem Display.

MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN

Für den manuellen Betrieb stehen 6 verschiedene Leistungsstufen zur Auswahl.

Leistungseinstellung	Empfohlene Benutzung
800 W/ HÖHER	Für schnelles Garen oder Erwärmen, z.B. für Suppen, Eintöpfe, Dosengerichte, heiße Getränke, Gemüse, Fisch usw.
560 W	Zum längeren Garen von kompakteren Speisen wie Braten, Hackbraten und Tellergerichten, auch für empfindliche Gerichte wie Käsesossen oder Rührkuchen. Mit dieser niedrigeren Einstellung kochen Soßen nicht über und die Speisen garen gleichmäßig, ohne am Rand hart zu werden oder überzulaufen.
400 W	Für kompaktere Speisen, die beim Garen mit herkömmlichen Methoden eine lange Garzeit erfordern, z.B. Rindfleischgerichte, wird diese Leistungsstufe empfohlen, damit das Fleisch zart bleibt.
240 W/AUFTAUEINSTELLUNG	Wählen Sie diese Stufe zum Auftauen, damit Speisen gleichmäßig auftauen. Diese Stufe ist auch bestens geeignet, um Reis, Nudeln und Klöße zu köcheln und gebackenen Eierpudding zu kochen.
80 W	Zum sanften Auftauen, z.B. für Sahnetorten oder Blätterteig.
0 W	Für Stehzeit/Zeitschaltuhr.

W = WATT

Beispiel: Erhitzen von Suppe für 2 min. 30 Sek. mit 560 W Mikrowellenleistung.

1. Drücken Sie zweimal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste.

2. Geben Sie das Zeit durch Drehen des ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopfs im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen ein bis 2.30 angezeigt ist.

3. Drücken Sie die START/+30-Taste.

4. Anzeige prüfen:

Wichtig!

Wenn die Taste nicht gedrückt wird, arbeitet das Gerät automatisch mit voller Leistung 800 W/HÖHER.

- Wird die Gerätetür während des Garvorgangs geöffnet, wird die Garzeit auf dem Display automatisch angehalten. Die Rückwärtszählung der Garzeit setzt wieder ein, wenn die Tür geschlossen und die START/+30-Taste gedrückt wird.
- Wenn Sie während des Garvorgangs die Leistungsstufe überprüfen wollen, drücken Sie die LEISTUNGSSTUFEN-Taste.
- Sie können durch Drehen des ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopfes die Garzeit beim Garen verlängern oder verkürzen.
- Zum Ändern der Leistungsstufe beim Garen die LEISTUNGSSTUFEN-Taste drücken.
- Zum Abbrechen eines Garprogramms zweimal die STOP-Taste drücken.

ZEITSCHALTUHR

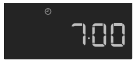
Beispiel: So stellen Sie die Zeitschaltuhr auf 7 Minuten ein.

1. Drücken Sie zweimal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste 7 mal.

2. Geben Sie das Zeit durch Drehen des ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopfs im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen ein bis 7.00 angezeigt ist.

3. Drücken Sie die START/+30-Taste.

4. Anzeige prüfen:



- Zum Unterbrechen der Zeitschaltuhr die STOP-Taste drücken. Zum erneuten Starten der Zeitschaltuhr die START/+30-Taste drücken und zum Beenden nochmals die STOP-Taste drücken.

PRO 30 SEKUNDEN

Mit der START/+30-Taste können Sie die folgenden Funktionen bedienen.

1. **Direktstart**
   Sie können sofort 30 Sekunden lang mit einer Leistung von 800 W/HÖHER kochen, wenn Sie die START/+30-Taste drücken.

2. **Verlängern der Garzeit**
   Während des manuellen Kochens können Sie die Kochzeit durch wiederholten Tastendruck jeweils um weitere 30 Sekunden verlängern.

- Diese Funktion ist während GARAUTOMATIK oder AUFTAUAUTOMATIK nicht verfügbar.

PLUS UND MINUS

Mit den Funktionen PLUS und MINUS können Sie die Garzeit bei den automatischen Programmen verlängern oder verkürzen.

Wenn Sie gare, aber feste Kartoffeln bevorzugen, wählen Sie MINUS .
Für weichere gekochte Kartoffeln hingegen verwenden Sie PLUS .

Beispiel: So kochen Sie 0,3 kg weiche Kartoffeln.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch zweimal Drücken der AUTOMATIK-PROGRAMME-Taste.

2. Drehen Sie den ZEITSCHALTUHR/GEWICHT Knopf, bis 0.3 angezeigt ist.

3. Drücken Sie einmal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste, um die Einstellung PLUS zu wählen.

4. Drücken Sie die START/+30-Taste.

5. Anzeige prüfen:

- Zum Ausschalten der Funktion PLUS/MINUS drücken Sie dreimal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste.
- Bei Auswahl von PLUS erscheint auf dem Display .
- Bei Auswahl von MINUS erscheint auf dem Display .

GAREN MIT VERSCHIEDENEN GARFOLGEN

Eine Folge von (maximal) 3 Stufen mit den kombinierten.

Beispiel: Garen:
5 Minuten bei 800 W Leistung (Stufe 1)
16 Minuten bei 240 W Leistung (Stufe 2)

Stufe 1

1. Drücken Sie einmal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste.

2. Geben Sie die Zeit durch Drehen des ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopfs im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen ein bis 5.00 angezeigt ist.

3. Anzeige prüfen:

Stufe 2

1. Drücken Sie 4mal die LEISTUNGSSTUFEN-Taste.

2. Geben Sie die Zeit durch Drehen des ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-Knopfs im oder gegen den Uhrzeigersinn ein bis 16.00 angezeigt ist.

3. Drücken Sie die START/+30-Taste.

4. Anzeige prüfen:

Das Gerät arbeitet nun 5 Minuten lang bei 800 W und anschließend 16 Minuten bei 240 W.

GARAUTOMATIK & AUFTAUAUTOMATIK BETRIEB

Die GARAUTOMATIK & AUFTAUAUTOMATIK Funktion berechnet automatisch die richtige Betriebsart und Garzeit. Sie können unter 6 GARAUTOMATIK-Menüs und 2 AUFTAUAUTOMATIK-Menüs auswählen.

Garautomatik

Lebensmittel	Symbol
Getränke	
Gekochte Kartoffeln/ Gebackene Kartoffeln	
Tiefkühl-Gemüse	
Frisches-Gemüse	
Tiefkühl-Fertiggerichte Speisen	
Fischfilet mit Sauce	

Beispiel: So kochen Sie 0,3 kg Kartoffeln.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch zweimal Drücken der GARAUTOMATIK-Taste.

2. Drehen Sie den ZEITSCHALTUHR/GEWICHT Knopf, bis 0.3 angezeigt ist.

3. Drücken Sie die START/+30-Taste.

4. Anzeige prüfen:

Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. Wenden der Speisen), stoppt das Gerät automatisch, das akustische Signal ertönt, die verbleibende Garzeit und andere Symbole werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die START/+30-Taste. Am Ende der GARAUTOMATIK-Zeit stoppt das Programm automatisch. Das akustische Signal ertönt und das Kochsymbol blinkt auf. Nach einer Minute und einem Erinnerungssignal wird die aktuelle Uhrzeit angezeigt.

Auftauautomatik

Lebensmittel	Symbol
Fleisch/fisch/geflügel	
Brot	AUTO

Beispiel: So auftau Sie 0,2 kg brot.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch zweimal Drücken der AUFTAUAUTOMATIK-Taste.

2. Drehen Sie den ZEITSCHALTUHR/GEWICHT Knopf, bis 0.2 angezeigt ist.

3. Drücken Sie die START/+30-Taste.

4. Anzeige prüfen:

Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. Wenden der Speisen), stoppt das Gerät automatisch, das akustische Signal ertönt, die verbleibende Garzeit und andere Symbole werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die START/+30-Taste. Am Ende der AUFTAUAUTOMATIK-Zeit stoppt das Programm automatisch. Das akustische Signal ertönt und das Kochsymbol blinkt auf. Nach einer Minute und einem Erinnerungssignal wird die aktuelle Uhrzeit angezeigt.

PROGRAMMTABELLEN

GARAUTOMATIK & AUFTAUAUTOMATIK TABELLEN

Garautomatik	Menge (Gewichtseinheit)/ Geschirr	Taste	Verfahren
Getränke (Tee/Kaffee)	1-4 tassen 1 tasse = 200 ml	x1	• Tasse an den Rand der Drehscheibe stellen.
Gekochte und gebackene Kartoffeln	0,2-0,8 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	x2	Salzkartoffeln: Die Kartoffeln schälen und in gleichgroße Stücke schneiden. Pellkartoffeln: Kartoffeln von etwa gleicher Größe auswählen und waschen. • Die Salzkartoffeln oder Pellkartoffeln in eine Schüssel geben. • Die erforderliche Menge Wasser (ca. 2 EL je 100 g) und etwas Salz hinzugeben. • Mit einem Deckel abdecken. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 min. stehen lassen.
Tiefkühl-Gemüse	0,1-0,6 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	x3	• Pro 100 g 1 EL Wasser und etwas Salz zufügen (für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit einem Deckel abdecken. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 min. stehen lassen. ⓘ Kompakt gefrorenes Gemüse im manuellen Betrieb garen.
Frisches-Gemüse	0,1-0,6 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	x4	• In kleine Stücke schneiden, z. B. Streifen, Würfel. • Pro 100 g 1 EL Wasser und etwas Salz zufügen (für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit einem Deckel abdecken. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 min. stehen lassen.
Tiefkühl-Fertiggerichte Speisen (Rührbar)	0,3-1,0 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	x5	• Die Speise in ein geeignetes Mikrowellen-Gefäß geben. • Fügen Sie etwas Flüssigkeit hinzu, wenn Sie durch den Hersteller empfohlen werden. • Mit einem Deckel abdecken. • Falls vom Hersteller empfohlen, ohne Deckel garen. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 min. stehen lassen.
Fischfilet mit Sauce	0,4-1,2 kg* (100 g) Auflaufform mit Mikrowellenfolie	x6	• Siehe Rezepte für “Fischfilet mit sauce” auf Seite 75. * Gesamtgewicht von allen Zutaten.

ⓘ Gekühlte Nahrungsmittel werden von 5 °C, tiefgefrorene Nahrungsmittel von -18 °C gekocht.

Auftauautomatik	Menge (Gewichtseinheit)/ Geschirr	Taste	Verfahren
Fleisch/fisch/geflügel (Ganzer Fisch, Fischsteaks, Fischfilets, Hühnerbeine, Hähnchenbrust, Hackfleisch, Steak, Koteletts, Frikadellen, Würstchen)	0,2-0,8 kg (100 g) Auflaufform		• Die Speisen in eine flache Schüssel geben und in die Mitte des Drehtellers stellen. • Beim Ertönen des akustischen Signals die Speisen umdrehen, umarrangieren und von einander trennen. Dünne Teile und warme kleinen Stellen mit Aluminiumfolie abschirmen. • Nach dem Auftauen 15-45 min. in Aluminiumfolie einwickeln, bis das Fleisch ganz aufgetaut ist. Nicht für ganzes Geflügel geeignet. • Hackfleisch: Beim Ertönen des akustischen Signals die das Speisen umdrehen. Wenn möglichen, die aufgetauten Teile entnehmen. ⓘ Nicht für ganzes Geflügel geeignet.
Brot 	0,1-1,0 kg (100 g) Auflaufform		• In einer flachen Schüssel verteilen und in die Mitte des Drehtellers stellen. Brote von 1,0 kg direkt auf den Drehteller geben. • Beim Ertönen des akustischen Signals das Brot umdrehen, umarrangieren und aufgetaute Scheiben entnehmen. • Nach dem Auftauen 5-15 min. in Aluminiumfolie einwickeln, bis das Brot ganz aufgetaut ist.

ⓘ Gekühlte Nahrungsmittel werden von 5 °C, tiefgefrorene Nahrungsmittel von -18 °C gekocht.

ⓘ
- Nur das Gewicht des Garguts eingeben. Das Gewicht des Geschirrs nicht mit einbeziehen.
- Für Speisen, deren Gewicht höher oder niedriger ist als es in der Automatik-Tabelle angegeben wird, verwenden Sie den manuellen Betrieb.
- Vergewissern Sie sich, dass die Speisen nach dem Garen ausreichend gegart sind.
- Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. Wenden der Speisen), stoppt das Gerät automatisch, das akustische Signal ertönt, die verbleibende Garzeit und andere Symbole werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die START/+30-Taste.
- Nach Verwendung der Mikrowelle schaltet sich u.U. das Kühlgebläse ein.

ⓘ Auftauautomatik
- Steaks und Koteletts sollten nebeneinander (einlagig) eingefroren werden.
- Hackfleisch sollte flach eingefroren werden.
- Nach dem Wenden die aufgetauten Portionen mit dünnen Aluminiumstreifen abdecken.
- Das Geflügel sollte sofort nach dem Auftauen weiterverarbeitet werden.

REZEPTE FÜR GARAUTOMATIK

Fischfilet mit pikanter Sauce			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	Tomaten aus der Dose (abgetropft)
40 g	80 g	120 g	Mais
4 g	8 g	12 g	Chillisauce
12 g	24 g	36 g	Zwiebeln (fein gehackte)
1 TL	1-2 TL	2-3 TL	Rotweinessig
			Senf, Thymian und Cayenne-Pfeffer
200 g	400 g	600 g	Fischfilet
			Salz

1. Die Zutaten für die Sauce mischen.
2. Die gesalzenen Fischfilets mit den dünnen Enden zur Mitte in eine runde Auflaufform geben.
3. Die fertig zubereitete Sauce über die Filets gießen.
4. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit GARAUTOMATIK für “Fischfilet mit Sauce” garen.
5. Nach dem Kochen 2 min. stehen lassen.

Fischfilet mit Curry-Sauce			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	Fischfilet
			Salz
40 g	80 g	120 g	Bananen (in kleinen Stücken)
160 g	320 g	480 g	Currysauce (fertig zubereitete)

1. Die gesalzenen Fischfilets mit den dünnen Enden zur Mitte in eine runde Auflaufform geben.
2. Die fertig zubereitete Sauce und die Bananen über die Filets geben.
3. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit GARAUTOMATIK für “Fischfilet mit Sauce” garen.
4. Nach dem Kochen 2 min. stehen lassen.

REDUZIERTE LEISTUNGSSTUFE

⚠ **Hinweis!**

Wenn Sie die Speise über die Standardzeit hinaus mit 800 W garen, wird die Leistung des Herds automatisch gesenkt, um ein Überhitzen zu vermeiden.

(Die Mikrowellenleistung wird auf 560 W gesenkt.) Nach einer Pause von 90 Sekunden kann die hohe Leistung 800 W wieder eingestellt werden.

Kochmodus	**Standardzeit**	**Reduzierte Leistung**
Mikrowelle 800 W	20 Minuten	Mikrowelle 560 W

GARTABELLEN

Verwendete Abkürzungen				
EL = esslöffel	Ta = tasse	g = gramm	ml = milliliter	min. = minuten
TL = teelöffel	kg = kilogramm	l = liter	cm = zentimeter	

Erhitzen von getränken & Speisen

Getränk/Speise	Menge -g/ml-	Leistung Stufe	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Milch, 1 Tasse	150	800 W	ca. 1	nicht abdecken
Wasser, 1 Tasse	150	800 W	1-2	nicht abdecken
6 Tassen	900	800 W	10-12	nicht abdecken
1 Schüssel	1000	800 W	11-13	nicht abdecken
Tellergericht (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	400	800 W	3-6	etwas Wasser auf die Sauce geben, bedecken, nach halber Kochzeit umrühren
Eintopf/suppe	200	800 W	1-2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Gemüse	200	800 W	2-3	wenn nötig, etwas Wasser hinzufügen, nach halber Kochzeit umrühren
	500	800 W	4-5	
Fleisch, 1 Scheibe*	200	800 W	3-4	die Sauce dünn darüber verteilen, bedecken
Fischfilet*	200	800 W	2-3	abdecken
Kuchen, 1 Scheibe	150	400 W	½	in eine flache Schüssel legen
Babynahrung, 1 Glas	190	400 W	ca. 1	in einen geeigneten mikrowellensicheren Behälter umfüllen, nach dem Erwärmen gut umrühren und die Temperatur überprüfen
Margarine oder Butter schmelzen*	50	800 W	½	abdecken
Schmelzen von Schokolade	100	400 W	2-3	gelegentlich umrühren

*ab Kühlschranktemperatur

Auftauen

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung Stufe	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Gulasch	500	240 W	8-12	nach halber Auftauzeit umrühren	10-15
Kuchen, 1 Stück	150	80 W	2-5	in eine flache Schüssel legen	5
Obst wie Erdbeeren, Himbeeren, Kirschen, Pflaumen	250	240 W	4-5	gleichmäßig verteilen, nach halber Auftauzeit umdrehen	5

Die in der Tabelle angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Gefriertemperatur, Beschaffenheit und Gewicht der Lebensmittel variieren können.

Auftauen & Garen

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung Stufe	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Fischfilet	300	800 W	10-12	abdecken	2
Tellergericht	400	800 W	9-11	bedecken, nach 6 min. umrühren	2

Garen von Fleisch & Fisch

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung Stufe	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Braten (Schwein, Kalb, Lamm)	1000 1500	800 W 400 W 800 W 400 W	19-21* 11-14 33-36* 13-17	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben, nach halber Kochzeit umdrehen	10 10
Roastbeef (medium)	1000	800 W 400 W	9-11* 5-7	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben, nach halber Kochzeit umdrehen	10
Fischfilet	200	800 W	3-4	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben, bedecken	3

REZEPTE

Alle Rezepte in diesem Buch sind - wenn nicht anders angegeben - für 4 Portionen berechnet.

Abwandlung von konventionellen Rezepten
Wenn Sie Ihre altbewährten Rezepte auf die Mikrowelle abwandeln wollen, sollten Sie folgendes beachten: Die Garzeiten um ein Drittel bis zur Hälfte verkürzen. Orientieren Sie sich an den Rezepten in diesem Buch.
Flüssigkeitsreiche Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Obst, Eintöpfe und Suppen können problemlos in der Mikrowelle zubereitet werden. Bei flüssigkeitsarmen Lebensmitteln, wie Tellergerichte, sollte die Oberfläche vor dem Erhitzen oder Garen angefeuchtet werden.
Die Flüssigkeitszugabe bei rohen Lebensmitteln, die gedünstet werden, auf etwa zwei Drittel der Menge im Original rezept reduzieren. Falls notwendig, während des Garens Flüssigkeit zugeben.
Die Fettzugabe kann erheblich reduziert werden. Eine kleine Menge Butter, Margarine oder Öl ist ausreichend, um der Speise Geschmack zu geben. Deshalb ist die Mikrowelle hervorragend zur Zubereitung fettarmer Speisen im Rahmen einer Diät geeignet.

Champignonsuppe

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

200 g	Champignons, in Scheiben
50 g	Zwiebel, fein gehackt
300 ml	Fleischbrühe
300 ml	Sahne
25 g	Mehl
25 g	Butter oder Margarine
	Salz, Pfeffer
1	Ei
150 g	Rahm

1. Das Gemüse mit der Fleischbrühe in die Schüssel geben und abgedeckt garen.
   8-9 min. 800 W
2. Mit einem Mixer alle Zutaten pürieren. Die Sahne zufügen.
3. Mehl und Butter zu einer Masse vermischen und in die Suppe rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, bedecken und kochen. Nach dem Kochen umrühren.
   4-6 min. 800 W
4. Das Eigelb mit dem Rahm (Crème Fraîche) verrühren, nach und nach in die Suppe rühren. Das Ganze nochmals kurz erhitzen, jedoch nicht mehr kochen lassen!
   1-2 min. 800 W
   Nach dem Kochen ca. 5 min. ruhen lassen.

Gemüsetopf

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

5 EL	Olivenöl
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
50 g	Zwiebeln in Scheiben
250 g	Auberginen, gewürfelt
200 g	Zucchini, gewürfelt
200 g	Paprikaschoten, in große Würfel geschnitten
75 g	Fenchel, in große Würfel geschnitten
1	Bouquet garni (Kräutersträußchen)
200 g	Artischockenherzen, aus der Dose, geviertelt
	Salz und Pfeffer

1. Das Olivenöl und die Knoblauchzehe in die Schüssel geben. Das vorbereitete Gemüse mit Ausnahme der Artischockenherzen dazugeben und mit Pfeffer würzen. Das Bouquet garni zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
   19-21 min. 800 W
   Die letzten 5 Minuten die Artischockenherzen zufügen und erhitzen.
2. Das Ratatouille mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bouquet garni vor dem Servieren herausnehmen. Nach dem Kochen ca. 2 min. ruhen lassen.

Seezungenfilets

Geschirr: Flache, ovale Auflaufform mit Mikrowellen-Frischhaltefolie (ca. 26 cm lang)

400 g	Seezungenfilets
1	ganze Zitrone
150 g	Tomaten
10 g	Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
1 EL	Pflanzenöl
1 EL	Petersilie, gehackt
	Salz und Pfeffer
4 EL	Weisswein
20 g	Butter

1. Die Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Vorhandene Gräten entfernen.
2. Zitrone und Tomaten in dünne Scheiben schneiden.
3. Die Schüssel mit Butter einfetten. Die Fischfilets in die Schüssel geben und mit Olivenöl beträufeln.
4. Den Fisch mit Petersilie bestreuen, die Tomatenscheiden darauf legen und würzen. Die Zitronenscheiben auf die Tomaten legen und den Weißwein darüber gießen.
5. Kleine Butterflöckchen auf die Zitrone geben, bedecken und kochen.
   16-19 min. 800 W
   Nach dem Kochen ca. 2 min. ruhen lassen.

Lasagne

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache quadratische Schüssel mit Deckel (ca. 20 x 20 x 6 cm)

300 g	Tomaten aus der Dose
50 g	Schinken, gehackt
50 g	Zwiebel, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
250 g	gemischtes Hack
2 EL	Tomatenmark
	Salz und Pfeffer
150 ml	crème fraîche
100 ml	Milch
50 g	geriebener Parmesankäse
1 TL	Gemischte gehackte Kräuter
1 TL	Olivenöl
1 TL	Pflanzenöl zum einfetten der Schüssel
125 g	Lasagne Verde
1 EL	Geriebener Parmesankäse

1. Die Tomaten klein schneiden, mit dem Schinken, Zwiebeln, Knoblauch, Gehacktem und Tomatenmark mischen. Würzen, bedecken und kochen.
   7-9 min. 800 W
2. Die Crème Fraîche mit Milch, Parmesankäse, Kräutern, Öl und Gewürzen mischen.
3. Die Schüssel einfetten und den Boden mit ca. $^1/_3$ der Nudeln bedecken. Die Hälfte der Gehacktesmischung auf die Nudeln geben und etwas Hackmischung Sauce darüber schütten. Wiederholen und mit den übrigen Nudeln abschließen. Die Nudeln mit Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. In bedecktem Zustand kochen.
   15-17 min. 560 W
   Nach dem Kochen ca. 5-10 min. ruhen lassen.

Züricher Geschnetzeltes

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

600 g	Kalbsfilet
10 g	Butter oder Margarine
50 g	Zwiebel, fein gehackt
100 ml	Weisswein
	gewürztes Saucenpulver für ca. ½ l Bratensauce hinzufügen
300 ml	Sahne
1 EL	Petersilie, gehackt

1. Das Kalbfleisch in Streifen schneiden.
2. Die Schüssel mit Butter einfetten. Fleisch und Zwiebeln in die Schüssel geben, bedecken und kochen. Während des Kochens einmal umrühren.
   7-10 min. 800 W
3. Weißwein, Saucenpulver und Sahne hinzufügen, umrühren, bedecken und weiterkochen lassen. Gelegentlich umrühren.
   4-5 min. 800 W
4. Nach dem Kochen die Mischung einrühren und ca. 5 min. stehen lassen. Mit Petersilie garnieren.

Gefüllter Schinken

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
ovale Auflaufschüssel (ca. 26 cm lang)

125 g	Blattspinat, gehackt
125 g	Speisequark, 20 % F.i.Tr.
40 g	geriebener Emmentalerkäse
	Pfeffer, Paprika
6	Scheiben gekochter Schinken (300 g)
125 ml	Wasser
125 ml	Sahne
20 g	Mehl
20 g	Butter oder Margarine
10 g	Butter oder Margarine zum Einfetten der Form

1. Den Spinat mit Käse und Quark mischen, nach Geschmack würzen.
2. Auf jede Schinkenscheibe einen Essl. Füllung geben und aufrollen. Den Schinken mit einem Holzspießchen zusammenhalten.
3. Machen Sie eine Bechamelsauce: Hierzu Wasser und Sahne in eine Schüssel geben und erhitzen.
   3-4 min. 800 W
   Mehl und Butter zu einer Mehlschwitze vermischen, die Flüssigkeit hinzufügen und rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Bedecken, kochen lassen, bis die Sauce dick wird.
   1 min. 800 W
   Umrühren und abschmecken.
4. Geben Sie die Sauce in die eingefettete Auflaufschüssel, legen sie die gefüllten Schinkenröllchen auf die Sauce und kochen Sie das Ganze mit Deckel.
   3-4 min. 800 W
   Nach dem Kochen ca. 5 min. ruhen lassen.

Beerengrütze mit Vanillesauce

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

150 g	Johannisbeeren, gewaschen und verlesen
150 g	Erdbeeren, gewaschen und entstielt
150 g	Himbeeren, gewaschen und entstielt
250 ml	Weißwein
100 g	Zucker
50 ml	Zitronensaft
8	Blatt Gelatine
300 ml	Milch
½	Vanilleschote
30 g	Zucker
15 g	Stärkemehl

1. Einige Früchte zum Garnieren zurückbehalten Die restlichen Beeren mit dem Weißwein pürieren, in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.
   7-9 min. 800 W
2. Den Zucker und den Zitronensaft einrühren.
3. Die Gelatine circa 10 min. in kaltem Wasser einweichen, herausnehmen und ausdrücken. Die Gelatine in das heiße Püree rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Die Götterspeise in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
4. Zur Herstellung der Vanillesauce die Milch in die andere Schüssel geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Innere zusammen mit dem Zucker und dem Stärkemehl in die Milch rühren. Bedecken und kochen, während des Kochens und am Ende des Kochvorgangs umrühren.
   3-4 min. 800 W
5. Die Götterspeise auf einen Teller stürzen und mit den übrigen Früchten dekorieren. Die Vanillesauce über die Götterspeise gießen.

REINIGUNG & PFLEGE

VORSICHT: ZUR REINIGUNG DÜRFEN KEINESFALLS KOMMERZIELLE OFENREINIGER, DAMPFREINIGER, SCHEUERMITTEL, SCHARFE REINIGUNG-SMITTEL, NATRIUMHYDROXID ENTHALTENDE REINIGUNGSMITTEL ODER SCHEUERSCHWÄMME VERWENDET WERDEN. DIES GILT FÜR ALLE TEILE DES GERÄTS. SÄUBERN SIE DIE MIKROWELLE IN REGELMÄßIGEN ABSTÄNDEN UND ENTFERNEN SIE ALLE MÖGLICHEN ESSENSRESTE. Wird das Gerät nicht saubergehalten, kann dies die Oberfläche beeinträchtigen und sich negativ auf die Lebensdauer des Geräts auswirken. Schlimmstenfalls kann die Sicherheit des Geräts beeinträchtigt werden.

Gerätegehäuse

Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld

Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld zu inaktivieren. Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Geräteinnenraum

1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals

mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind. Entfernen Sie nicht den Spritzschutz für den Hohlleiter.
2. Sicherstellen, dass weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.
3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.

Drehteller und Drehteller-Träger

Entfernen Sie zuerst den Drehteller und den Drehteller-Träger aus dem Garraum. Den Drehteller und den Träger mit einer milden Seifenlauge reinigen und mit einem weichen Tuch trocknen. Beide Teile sind spülmaschinenfest.

Gerätetür

Die Tür, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen. Keine starken, scheuernden Reinigungsmittel oder Metallschaber zum Reinigen der Glasscheibe des Geräts verwenden, da diese Hilfsmittel die Oberfläche verkratzen und das Glas somit zum Zerspringen bringen könnten.

⚠ Hinweis!
Dampfreiniger dürfen nicht verwendet werden.

WAS TUN, WENN

Symptom	Überprüfen/Empfehlung
Das Mikrowellengerät nicht arbeitet?	• Der Netzstecker eingesteckt ist. • Die Sicherungen in der Installation in Ordnung sind. • Eventuell der Strom ausgefallen ist. Sollten die Sicherungen mehrfach auslösen, rufen Sie bitte einen zugelassenen Elektroinstallateur.
Die Mikrowelle nicht arbeitet?	• Die Tür richtig geschlossen ist. • Die Türdichtungen und Türdichtungsflächen sauber sind. • Die START/+30-Taste gedrückt wurde.
Sich der Drehteller nicht dreht?	• Das Drehkreuz richtig auf dem Antrieb sitzt. • Geschirr verwendet wird, das über den Drehteller herausragt oder. • Lebensmittel über den Drehteller ragen und ihn somit blockieren. • Sich Speisereste unter dem Drehteller befinden.
Die Mikrowelle nicht abschaltet?	• Ziehen Sie den Netzstecker oder schalten Sie die Sicherung aus. • Rufen Sie den ELECTROLUX-Kundendienst oder Ihren Fachhändler.
Die Garraumlampe ausfällt?	• Rufen Sie den ELECTROLUX-Kundendienst oder eine durch ELECTROLUX geschulte Elektro-Fachkraft an. Der Austausch der Garraumbeleuchtung darf nur durch diese durchgeführt werden.
Die Speisen langsamer heiß und gar werden als bisher?	• Stellen Sie eine längere Garzeit ein (doppelte Menge = fast doppelte Zeit) oder, • Wenn die Speisen kälter waren als sonst, drehen Sie diese zwischendurch um oder wenden Sie sie oder, • Stellen Sie eine höhere Leistung ein.

TECHNISCHE DATEN

Stromversorgung		230 V, 50 Hz, Einphasenstrom
Sicherung/Sicherungsautomat		Mindestens 10 A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle	1,2 kW
Leistungsabgabe:	Mikrowelle	800 W (IEC 60705)
Mikrowellenfrequenz		2450 MHz * (Gruppe 2/Klasse B)
Außenabmessungen:	EMS17006O	594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (T)
Garraumabmessungen		285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (T) **
Garrauminhalt		17 liter **
Drehteller		ø 272 mm, glass
Gewicht		ca. 16 kg
Garraumlampe		25 W/240 - 250 V

* Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen des europäischen Standards EN55011.
Das Produkt wird standardkonform als Gerät der Gruppe 2, Klasse B eingestuft.
Gruppe 2 bedeutet, dass das Gerät zweckbestimmt hochfrequente Energie in Form elektromagnetischer Strahlen zur Wärmebehandlung von Lebensmitteln erzeugt.
Gerät der Klasse B bedeutet, dass das Gerät für den Einsatz im häuslichen Bereich geeignet ist.

** Der Garrauminhalt wird aus der max. gemessenen Breite, Tiefe und Höhe errechnet.
Die tatsächliche Aufnahmekapazität von Lebensmitteln ist jedoch geringer.

CE

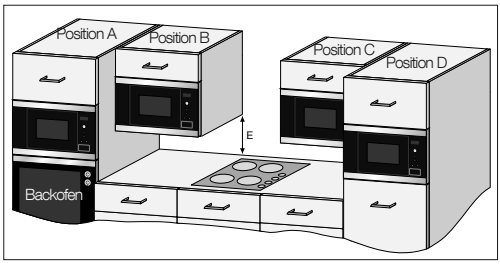
Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der EG-Richtlinien 2004/108/EC, 2006/95/EC und 2005/32/EC.

DIE TECHNISCHEN DATEN KÖNNEN JEDERZEIT OHNE ANGABE VON GRÜNDEN GEÄNDERT WERDEN, UM DEM TECHNISCHEN FORTSCHRITT RECHNUNG ZU TRAGEN.

AUFSTELLANWEISUNGEN

Wenn Sie den Mikrowellenherd in Position A, B, C oder D einbauen:

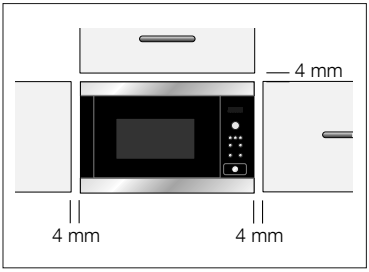
Position	Nischengröße B T H
A	560 x 550 x 360
B+C	560 x 300 x 350 560 x 300 x 360
D	560 x 500 x 350 560 x 500 x 360



Abmessungen in (mm)

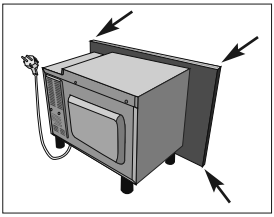
INSTALLIEREN DES GERÄTES

1. Entfernen Sie die gesamte Verpackung und überprüfen Sie das Gerät auf eventuelle Beschädigungen.
2. Die Standardausführung dieses Herdes ist passend für einen Einbauschrank von 360 mm Höhe ausgelegt. Wenn der Herd in einen 350 mm hohen Schrank eingebaut werden soll: Schrauben Sie die 4 Füße an der Unterseite des Herdes ab. Es sind 3 hohe und ein niedriger Fuß. Ersetzen Sie die 3 hohen Füße mit den im Zubehörpaket vorhandenen Füßen. Den niedrigen Fuß ersetzen Sie nicht.
3. Fügen Sie das Gerät langsam und ohne Gewalt in den Einbauschrank ein, bis der vordere Rahmen des Herdes einen fugenlosen Abschluss mit der vorderen Öffnung des Schrankes bildet.
4. Achten Sie darauf, dass das Gerät stabil ist und gerade steht. Stellen Sie sicher, dass ein Abstand von 4 mm zwischen der darüber befindlichen Schranktür und dem Oberteil des Rahmens.



Installation - Option 1:

Befestigen Sie den Herd mithilfe der mitgelieferten Schrauben in dieser Position. Die Befestigungspunkte befinden sich an den oberen und unteren Herdecken.



Installation - Option 2:

Siehe die mit diesem Mikrowellengerät gelieferte Schablone.

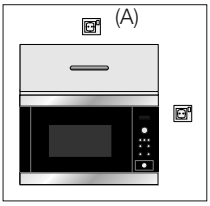
SICHERER GEBRAUCH DES GERÄTES

Wenn Sie den Mikrowellenherd in Position B oder C einbauen (Siehe Schaubild Seite 83):

- Der Oberschrank muss einen Abstand von mindestens 500 mm (E) zur Arbeitsfläche habehabe. Die Mikrowelle darf nicht **direkt** über einem Kochfeld installiert werden.
- Das Gerät wurde nur für den Gebrauch in der Nähe von Gasmulden, elektrisch betriebenen Kochfeldern, sowie Induktionskochfeldern getestet und zugelassen.
- Zwischen Kochfeld und Mikrowellenherd muss genug Platz gelassen werden, um ein Überhitzen des Mikrowellenherdes, des Einbauschranks und des Zubehörs zu vermeiden.
- Nehmen Sie das Kochfeld nicht ohne Kochtöpfe in Betrieb, wenn der Mikrowellenherd in Betrieb ist.
- Lassen Sie bei der Bedienung der Mikrowelle besondere Vorsicht walten, wenn das Kochfeld gleichzeitig eingeschaltet ist.

NETZANSCHLUSS

- **Darauf achten, dass die Netzsteckdose leicht erreichbar ist, damit der Stecker im Notfall schnell abgezogen werden kann. Andernfalls sollte es möglich sein, das Gerät mithilfe eines Schalters vom Stromkreis zu trennen. Dabei sollten die geltenden Bestimmungen der elektrischen Sicherheitsnormen berücksichtigt werden.**
- **Steckdose nicht hinter dem Schrank anordnen.**
- Die beste Stelle ist über dem Schrank, vgl. (A).



- Das Gerät an einer korrekt installierten geerdeten Steckdose mit einem einphasigen Wechselstromanschluss (230 V/50 Hz) verbinden.
  Steckdose mit einer Sicherung (10 A) absichern.
- **Das Netzkabel darf nur von einem Elektriker ausgetauscht werden.**
- Vor dem Aufstellen ein Stück Schnur am Netzkabel anbringen. Dadurch wird dann beim Einbau der Anschluss am Punkt (A) erleichtert.
- Beim Einsetzen des Gerätes in einen hohen Schrank darf das Netzkabel NICHT eingeklemmt werden.
- Netzkabel oder Stecker nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit eintauchen.

ELEKTRISCHE ANSCHLÜSSE

⚠ **WARNUNG!**
DIESES GERÄT MUSS GEERDET SEIN
Bei Nichteinhaltung dieser Sicherheitsmaßnahme lehnt der Hersteller jegliche Haftung ab.

Wenn der an Ihrem Gerät befindliche Stecker nicht auf Ihre Steckdose passt, müssen Sie Ihren örtlichen autorisierten ELECTROLUX-Kundendienstvertreter herbei rufen.

UMWELTINFORMATION

Umweltfreundliche Entsorgung von Verpackung und Altgerät

VERPACKUNG

Unsere Mikrowellengeräte benötigen für den Transportweg eine wirksame Schutzverpackung. Dabei beschränken wir uns auf das unbedingt Notwendige. Verpackungsteile (z.B. Folien, Styropor) können für Kinder gefährlich sein.

Erstickungsgefahr! Verpackungsteile von Kindern fernhalten.

Alle verwendeten Verpackungsmaterialien sind umweltverträglich und wiederverwertbar.
Die Kartonteile sind aus Altpapier hergestellt, die Holzteile unbehandelt.
Die Kunststoffe sind folgendermaßen gekennzeichnet:

«PE» für Polyethylen, z.B. Verpackungsfolien
«PS» für Polystyrol, z.B. Polsterteile (grundsätzlich FCKW-frei)
«PP» für Polypropylen, z.B. Umbänderung.

Durch die Verwertung und Wiederverwendung der Verpackung können Rohstoffe gespart und das Müllvolumen verringert werden.
Geben Sie die Verpackung zur Verwertung zum nächsten Recyclingcenter.
Die Anschrift erfahren Sie bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung.

ALTGERÄT

Bevor Sie Ihr Gerät entsorgen, machen Sie es vorher unbrauchbar. Dazu Netzstecker ziehen, Netzkabel abschneiden und beseitigen.
Bringen Sie das ausgediente Gerät zum nächsten Recyclingcenter oder zu Ihrem Fachhändler, der es gegen einen geringen Kostenbeitrag zurücknimmt.

Das Symbol auf dem Produkt oder seiner Verpackung weist darauf hin, dass dieses Produkt nicht als normaler Haushaltsabfall zu behandeln ist, sondern an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden muss. Durch Ihren Beitrag zum korrekten Entsorgen dieses Produkts schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen. Umwelt und Gesundheit werden durch falsches Entsorgen gefährdet. Weitere Informationen über das Recycling dieses Produkts erhalten Sie von Ihrem Rathaus, Ihrer Müllabfuhr oder dem Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben.

DEUTSCHLAND - KUNDENDIENST

In Ihrer Bedienungsanleitung, sowie wie im Internet www.aeg.de, oder www.electrolux.de, finden Sie bereits die Hinweise zur Reinigung und Pflege Ihres Gerätes und zur Behebung von Gerätestörungen.
Auf den Websites finden Sie unsere Garantiebedingungen und Reparaturbedingungen, welche auch zum download bereit stehen. Der Anschluss (Elektro & Wasser) und der Einbau Ihres Gerätes hat durch einen hierfür konzessionierten Fachmann zu erfolgen. Bitte folgende Informationen bereit halten, bevor Sie Kontakt mit uns aufnehmen:

Modell: .....

Seriennummer: .....

Produktnummer: .....

Kaufdatum: .....

BELGIEN - KUNDENDIENST

In der Bedienungsanleitung, genau wie auf www.electrolux.be, finden Sie bereits die Hinweise zur Reinigung, Pflege Ihres Gerätes und zur Behebung kleiner Störungen.
Auf diese Website finden Sie ebenfalls die Electrolux Garantie und Reparaturbedingungen (Werksgarantie), die man herunterladen und speichern kann. Eine schriftliche Version ist erhältlich bei unserem Kundendienst, Raketstraat 40, 1130 Brüssel, Tel. 02-7162444. Im Falle eines unerwarteten Defektes am Apparat, stellen Sie sich bitte in Verbindung mit unserem Kundendienst (tel 02-7162444). Bitte beachten Sie, daß Sie folgende Info im Handbereich haben:

Marke:.....

Model:.....

Produktnummer:.....

Seriennummer:.....

Ankaufdatum:.....

www.electrolux.com

Albania	+355 4 261 450	Rruga "Kavajës", ish-parku autobuzëve, Tiranë
Belgique/België/ Belgien	+32 2 7162444	Raketstraat 40, 1130 Brussel/Bruxelles
Česká Republika	+420 261 302 261	Budějovická 3, Praha 4, 140 21
Danmark	+45 70 11 74 00	Strevelinsvej 38-40, 7000 Fredericia
Deutschland	+49 180 32 26 622	Fürther Str. 246, 90429 Nürnberg
Eesti	+37 2 66 50 030	Pärnu mnt. 153, 11624 Tallinn
España	+34 902 11 63 88	Carretera M-300, Km. 29,900 Alcalá de Henares Madrid
France	08 92 68 24 33 (0.34€/min)	www.electrolux.fr
Great Britain	+44 8445 616 616	Addington Way, Luton, Bedfordshire LU4 9QQ
Hellas	+30 23 10 56 19 70	4, Limnou Str., 54627 Thessaloniki
Hrvatska	+385 1 63 23 338	Slavonskaavenija 3, 10000 Zagreb
Ireland	+353 1 40 90 753	Long Mile Road Dublin 12
Italia	+39 (0) 434 558500	Corso Lino Zanussi, 30 - 33080 Porcia (PN)
Latvija	+371 67313626	Kr. Barona iela 130/2, LV-1012, Riga
Lietuva	+370 5 278 06 03	Ozo10a, LT-08200 Vilnius
Luxembourg	+352 42 431 301	Ruede Bitbourg, 7, L-1273 Hamm
Magyarország	(06-1) 467-3205 +36 1 252 1773	H-1142 Budapest XIV, Erzsébet Királyné útja 87
Nederland	+31 17 24 68 300	Vennootsweg1, 2404 CG - Alphen aan den Rijn
Norge	+47 81 5 30 222	Risløkkvn.2 , 0508 Oslo
Österreich	0810 955030	Herziggasse 9, 1230 Wien
Polska	+48 22 434 7300	ul. Kolejowa 5/7, 01-217 Warszawa
Portugal	+35 12 14 40 39 39	Quinta da Fonte - Edifício Gonçalves Zarco - Q35 2774-518 Paço de Arcos
Romania	+40 21 451 20 30	Str. Garii Progresului 2, S4, 040671 RO
Schweiz/Suisse/ Svizzera	+41 62 88 99 111	Industriestrasse10, CH-5506 Mägenwil
Slovenija	+38 61 24 25 731	Gerbičeva ulica 110, 1000 Ljubljana
Slovensko	+421 2 32 14 13 34-5	Electrolux Slovakia s.r.o., Electrolux Domáce spotrebiče SK, Galvaniho17/B, 821 04 Bratislava
Suomi	030 600 5200	Lankapuhelinverkosta 0,0828€/puhelu +0,032€/min Matkapuhelinverkosta 0,192€/min
Sverige	+46 (0)771 76 76 76	Electrolux Service, S:t Göransgatan 143, S-105 45 Stockholm
Türkiye	+90 21 22 93 10 25	Tarlabaşı caddesi no : 35 Taksim İstanbul
Россия	8-800-200-3589	129090 Москва, Олимпийский проспект, 16, БЦ "Олимпик"
Україна	+380 44 586 20 60	04074 Київ, вул.Автозаводська, 2а БЦ "Алкон"

www.electrolux.com/shop

TINS-A677URR1

CE